PRACTICA BRAHMACHARYA

de SRI SWAMI SIVANANDA

CONȚINUT

RUGĂCIUNE PENTRU PURITATE---------- pag. 6

SECTIUNEA I. FENOMENUL SEXULUI---------- pag. 8

1.DEGRADAREA ZILELOR DE AZI---------- pag. 8

Toată lumea e sexy---------- pag. 10

Sadhana Spirituală este răspunsul la atracția sexuală---------- pag. 12

Brhamacharya - necesitatea zilei---------- pag. 14

2.CUM LUCREAZĂ IMPULSUL SEXUAL---------- pag. 17

Săgeata înflorită a lui Cupidon---------- pag. 17

Samskara-surile în mintea subconştientă---------- pag. 18

Cum să evaluezi puritatea mentală---------- pag. 21

Eradicarea poftei carnale nu e o sarcină uşoară----------

3.INTENSTATEA DORINȚELOR ÎN DIFERITE PERSOANE---------- pag. 24

Pasiune în copii, tineri şi vârstnici---------- pag. 26

Gândurile sexuale ale sfinților, aspiranților spirituali şi familiştilor---------- pag. 26

Pofta carnală în bărbați şi femei---------- pag. 27

4.SEXUL ESTE ÎN IMAGINAȚIE---------- pag. 29

Frumusețea este un concept mental---------- pag. 30

Descrierile amăgitoare ale frumuseții femeii---------- pag. 32

Pasiunea orbeşte intelectul---------- pag. 33

5.EFECTELE DEZASTRUOASE ALE INDULGENȚEI SEXUALE---------- pag. 34

Visele ude şi copulația voluntară - O diferență vitală---------- pag. 36

Tineri cu fețe palide---------- pag. 37

6.VALOAREA SPERMEI---------- pag. 38

Opinia medicală modernă---------- pag. 39

Mintea, Prana şi Veerya---------- pag. 40
SECȚIUNEA II. GLORIA BRAHMACHARYA---------- pag. 41
7.SENSUL BRAHMACHARYA---------- pag. 41
Cele opt căderi în Brahmacharya---------- pag. 43
Brahmacharya fizică şi Brahmacharya mentala---------- pag. 44
O plângere obişnuită---------- pag. 46
8.GLORIA BRHAMACHARYA---------- pag. 47
Secretul sănătății şi longevității---------- pag. 48
Celibatul promovează concentrarea---------- pag. 49
9.IMPORTANȚA CELIBATULUI ÎN VIAȚA SPIRITUALĂ---------- pag. 51
Celibatul în diferite ordine religioase---------- pag. 52
Brahmacharya - fundația vieții spirituale---------- pag. 54
10.BRAHMACHARYA PENTRU FAMILIŞTI---------- pag. 57
Ce este Brahmacharya în viața căsătorită?---------- pag. 58
Când soția devine mamă---------- pag. 59
Trăind o viață de parteneriat spiritual---------- pag. 60
11. FEMEILE ŞI BRAHMACHARYA---------- pag. 61
Brahmacharini - vechi şi moderni---------- pag. 63
Viața destrăbălată nu este libertate---------- pag. 64
O chemare către viața spirituală---------- pag. 66
12.BRAHMACHARYA ŞI CURRICULUM-UL EDUCAȚIONAL---------- pag. 67
Un dezavantaj vital în sistemul educațional prezent în India---------- pag. 68
Datoria profesorilor şi părinților---------- pag. 69
13.CÂȚIVA BRAHMACHARINI IDEALI---------- pag. 71
Hanuman---------- pag. 71
Sri Lakshmana---------- pag. 73
Bhisma---------- pag. 75

SECȚIUNEA III. TEHNICI PENTRU SUBLIMAREA SEXUALA---------- pag. 78
14.SUPRESIA ŞI SUBLIMAREA---------- pag. 78
De la energia sexuală la energia spirituală---------- pag. 79
Secretul sublimării sexuale---------- pag. 80
Sublimarea totală este dificilă, dar nu imposibilă---------- pag. 82
15. SĂ TE CĂSĂTOREŞTI SAU NU---------- pag. 83
Este celibatul posibil?---------- pag. 83
Un argument prostesc al materialistilor---------- pag. 85
Natura dragostei dintre soț şi soție---------- pag. 88
Să fii celibat? Sau să fii familist?---------- pag. 90
Akhanda Brahmachari---------- pag. 93
16. PERICOLELE RELAȚIILOR PROMISCUE---------- pag. 94
Haosul creat de imaginile mentale---------- pag. 95
Fructul oprit - Testul lui Dumnezeu pentru aspirantul spiritual---------- pag. 96
17. OPREŞTE ACEA PRIVIRE DORNICĂ!---------- pag. 98
Ai grijă de sentimentul din spatele privirii!---------- pag. 99
Cum să contracarezi gândurile impure---------- pag. 101
18. ROLUL DIETEI ÎN CONTROLUL SEXUAL---------- pag. 103
Hrană sattvică---------- pag. 103
Hrană interzisă---------- pag. 104
Mitahara sau dieta moderată---------- pag. 105
Postul - un exercițiu purificator---------- pag. 105
19. VISELE UDE ŞI SPERMATOREEA---------- pag. 108
Diferența între poluția psihologică şi poluția patologică---------- pag. 108
Cauze şi consecințe---------- pag. 105
Un avertisment împotriva obiceiurilor sexuale rele şi a izbucnirilor de mânie--- pag. 110
Importanța hrănirii corecte şi a evacuării---------- pag. 110
Trezeşte-te înainte de 4 a.m.---------- pag. 111
Apelează la Numele lui Dumnezeu---------- pag. 112

Beneficiile unei băi la şolduri---------- pag. 113
Câteva sugestii ajutătoare---------- pag. 113
20. CÂTEVA AJUTOARE PUTERNICE PENTRU PRACTICA CELIBATULUI--- pag. 115
Controlul limbii---------- pag. 115
Evită compania rea---------- pag. 116
Priveşte gândurile---------- pag. 118
Cauta Satsanga sau compania bună---------- pag. 119
Cultivă Viveka şi Vairagya---------- pag. 120
O notă de clarificare---------- pag. 122
Un jurământ e de mare ajutor---------- pag. 124
Cultura voinței şi auto-sugestia---------- pag. 125
Schimbă Drishti sau punctul de vedere---------- pag. 126
21. HATA YOGA PENTRU SCĂPARE---------- pag. 128
Siddhasana---------- pag. 129
Sirshasana---------- pag. 129
Sarvangasana---------- pag. 130
Matsyasana---------- pag. 130
Padangushthasana---------- pag. 131
Instructiuni pentru practica asane-lor---------- pag. 131
Mula Bandha---------- pag. 132
Jalandhara Bandha---------- pag. 134
Uddiyana Bandha---------- pag. 134
Nauli Kriya---------- pag. 135
Maha Mudra---------- pag. 135
Yoga Mudra---------- pag. 136
Pranayama uşoară şi comfortabilă---------- pag. 136
Indicații asupra practicii pranayama---------- pag.136
Varjoli Mudra---------- pag. 138

22. CÂTEVA POVESTIRI ILUSTRATIVE---------- pag. 139
1.Puterea poftei trupeşti. Exemplul lui Jaimini---------- pag. 139
2.Influența pasiunii asupra minții umane. Socrate şi discipolul lui---------- pag. 140
3.Pofta trupească creşte cu indulgența. Raja Yayati---------- pag. 141
4.Apariția Viveka şi Vairagya. Yogi Vemana---------- pag. 142
5.Frumusețea stă în imaginație. Povestea lui Hemachuda---------- pag. 144
6.Frumusețea fizică nu este frumusețe. Povestea unui prinț---------- pag. 149
7.Să fii ocupat este cea mai bună cale de a controla pofta trupească. Povestea unei fantome ----------pag. 150
CITATE ALESE DESPRE SEX ŞI CELIBAT----------
SECȚIUNEA IV. UN SIMPOZION
COMENTARIU ASUPRA INSTRUCȚIUNII SPIRITUALE NR. 8 A LUI SWAMI SIVANANDA----------
Perpetuarea speciilor----------
Puterea Brahmacharya----------
Datoriile familiştilor----------
Brahmacharya în Societatea Modernă----------
Avantajele Brahmacharya----------
Cărți despre Brahmacharya----------
IMPORTANȚA CAPITALĂ A BRAHMACHARYA----------
Cele patru mari Purusharthas----------
Importanța dublă a Dharma----------
Conservarea energiei în contextul vieții spirituale----------
Energia sexuală - O manifestație a lui Para Shakti----------
Trupul uman comparat cu o casă----------
Cum să te ridici deasupra sexului----------
Abstinența voluntară nu este supresie----------
BRAHMACHARYA - O PERSPECTIVĂ A CONŞTIINȚEI----------
Cum energia noastră este deflectată şi disipată----------

Conservarea energiei pentru Brahma-Sakshatkara----------
Individul - Un centru de presiune----------
Stresuri şi dureri - cauza lor şi vindecarea----------
Haosul adus de externalizarea simțurilor----------
Dorința - Un rău metafizic----------
Varnashrama - Un ajutor pentru a ne elibera de Strânsoarea naturii--------
MARIAJUL: CE ÎNSEAMNĂ?----------
CONTROLUL NAŞTERILOR----------
Instrucțiuni pentru familişti----------
Populația ar trebui restrânsă----------
Pericolul mijloacelor artificiale----------

RUGĂCIUNE PENTRU PURITATE

O Dumnezeule al Compasiunii! Hei Prabhu! Sufletul sufletului meu, Viața vieții mele, Mintea minții mele, Urechea urechilor mele, Lumina luminilor, Soarele sorilor! Dăruieşte lumină şi puritate. Lasa-mă să rămân stabilit în Brahmacharya fizică şi mentală. Lasa-ma să fiu pur în gânduri, cuvinte şi fapte. Dă-mi putere să-mi controlez Indriyas (simțurile) şi să păstrez Brahmacharya Vrata.

Protejează-mă de tot felul de tentații ale acestei lumi. Lasă toate Indriyas-urile mele să fie angajate în serviciul Tău dulce.

Şterge Samskaras-urile (impresiile) sexuale şi Vasanas-urile (dorințele subtile). Anihilează pofta din mintea mea. Fă-mă un adevărat Brahmachari, Sadachari şi Oordhvareta Yogi. Lasa-mă să fiu cast în privirea mea. Lasa-mă întotdeauna să merg pe calea dreptății. Fă-mă pur ca pe Swami Vivekananda, Swami Dayananda, Bhisma Pitamaha, Hanuman sau Lakshmana. Iartă. Iartă toate Aparadhas-urile (ofensările) mele. Sunt al Tău. Sunt al Tău. Trahi, Trahi. Protejează, protejează. Prachodayat, Prachodayat. Luminează, luminează. Ghidează-mă. Om. Om. Om.

NOTA EDITORULUI

Instinctele şi apetitele formează o parte a întregii vieți pe pământ. Impulsurile simțurior şi nevoile biologice sunt comune şi animalelor şi oamenilor. Sexul este unul dintre cele mai proeminente, mai importante şi absolut esențiale aspecte a vieții omului, animalelor şi de asemeni a vieții plantelor. Sexul este o parte integrală a vieții --- umane, animale şi a plantelor. În timp ce acest aspect al vieții este regulat de natură în plante şi de instrincte în animale, în om este lăsat la bunul simț al acestuia, la inteligență şi rațiunea lui dezvoltată de a controla şi regula. Scripturile vaste şi vechi al lumii oferă societății umane reguli specifice şi regulamente în aceastră privință. În ceea ce priveşte India, ca o națiune, părinții noştri au urmat regulile "a face" şi "a nu face" din Dharma Sastras în detalii meticuloase şi asta, într-o mare măsură, a contribuit la sănătatea lor, longevitatea şi bunăstarea spirituală.

Dar, vai, în lumea zilelor noastre, şi în special în clasele educate, în toate ramurile societății şi în toate grupele de vârstă, normele şi conduitele indicate de scripturi sunt disprețuite cu aşa mare dispreț că tot ceea ce vedem, în jurul nostru, numărul epavelor fizice, mentale şi morale cresc în fiecare zi. Unul dintre motivele pentru această stare tristă a lucrurilor este ignoranța omului modern a propriilor lui comori scripturale.

Swami Sivananda a venit pe scena Indiană, la începutul anilor treizeci, pentru a spulbera această ignoranță a oamenilor oferindu-le înțelepciunea străveche a celor de demult prin intermediul scrierilor sale simple în Engleză. Este binecunoscut faptul că pe lângă tratatele spirituale, marele Maestru, a cărei dragoste pentru omenire nu a cunoscut limite, a scris un număr de cărți în ceea ce priveşte sănătatea, igiena şi medicina. O asemenea cartea a fost "Practica Brahmacharya" care tratează în special cu subiectul celibatului, şi unde celibatul nu este posibil, o viață sexuală regulată. Această carte a fost populară printre oameni.

Pe lângă asta, gândurile lui Swamiji asupra subiectului sexual şi a sublimării sexuale sunt de asemenea prezentate ici şi colo printre voluminoasele sale scrieri. În prezentul volum, toate

gândurile şi instrucțiunile lui Swamiji în ceea ce priveşte subiectul sexului şi celibatului au fost adunate de la "Practica Brahmacharya" şi din alte părți, şi editate în totalitate, cu o viziune de a oferi publicului, şi în special generației tinere, un ghid de lucru asupra subiectului vital al sublimării sexuale. Aceasta a fost făcută ca un act de serviciu iubitor pentru tinerii moderni care sunt adesea lăsați să orbecăiască în întuneric de o societate iresponsabilă. În aceste zile auzim adesea despre "delicvență juvenilă", dar această delicvență juvenilă însăşi este rezultatul iresponsabilității adulților. Tineretul lumii doreşte instrucțiuni şi adesea acestea nu vin din partea părinților, profesorilos sau societății.

Se speră ca această carte a sfântului Maestru Swami Sivananda va umple lacunele menționate anterior şi va oferi tineretului lumii cunoaşterea şi ghidarea necesară pe care ei o merită din plin într-o arie care afectează bunăstarea lor fizică, mentală, etică şi spirituală.
Ne rugăm ca binecuvântările sfântului Maestru să curgă asupra tuturor celor care au şansa să parcurgă următoarele pagini şi să deschidă un nou capitol în viețile lor. Fie ca toți să fie sănătoşi, fericiți şi binecuvântați spiritual. Loka Samastha Sukhino Bhavantu!
8th September, 1988. —THE DIVINE LIFE SOCIETY

PRACTICA BRAHMACHARYA.

SECȚIUNEA I. FENOMENTUL SEXULUI

1.DEGRADAREA ZILELOR NOASTRE

Există o mare iluzie în fața bărbatului. Îl deranjează sub forma femeii. Există o mare iluzie în fața femeii. O deranjează sub forma bărbatului. Mergi oriunde vrei - Amsterdam, Londra sau New York. Analizează această lume a experiențelor fenomenale.Vei găsi doar două lucruri - sex şi ego.

Instinctul sexual este cea mai mare dorință în viața umană. Energia sexuală sau pofta trupească este cel mai adânc înrădăcinat instinct în om. Energia sexuală umple în întregime mintea, intelectul, Prana, simțurile şi întregul trup. Este cel mai vechi dintre factorii care au intrat în constituția ființei umane.

Un om are o mie şi una de dorințe. Dar dorința centrală puternică este dorința sexuală. Dorința fundamentală este imboldul pentru reproducere. Toate atârnă de această dorință de bază. Dorința pentru bani, dorința pentru un fiu, dorința pentru proprietate, dorința pentru case, dorința pentru vite şi alte dorințe vin mai târziu.

Deoarece întreaga creație a acestui univers trebuie să fie menținută, Dumnezeu a făcut dorința sexuală foarte, foarte puternică. Altfel, mulți Jivanmukta ar fi răsărit destul de uşor, la fel ca absolvenții de universități. Este uşor să obții calificative universitare. Sunt necesare puțini bani, memorie, inteligență şi puțin efort. Dar este dificil să distrugi impulsul sexual. Cel care a eradicat complet pofta trupească şi este stabilit în Brahmacharya mentală este Brahman sau Dumnezeu Însuşi.

Această lume nu este altceva decât sex şi ego. Egoul este lucrul principal. El este baza. Sexul se agață de ego. Dacă egoul este distrul de Vichara sau investigația "Cine sunt?", ideea sexuală îşi ia tălpăşița singură. Omul, stăpânul destinului său, şi-a pierdut gloria divină şi a devenit un sclav, o unealtă, în mâinile sexului şi egoului datorită ignoranței. Sexul şi egoul sunt produsele Avidya sau ignoranței.

Începutul cunoaşterii de sine anihilează aceşti doi duşmani ai lui Atman, doi hoți care îi jefuiesc pe acel neajutorat, ignorant, mic, fals Jiva, iluzoriul "Eu".
Omul s-a degradat pe sine într-o asemenea măsură încât a devenit o păpuşă a pasiunii. Vai! El a devenit o maşină imitativă. Şi-a pierdut puterea de discriminare. S-a afundat în cea mai abjectă formă de sclavie. Ce stare tristă! Ce condiție lamentabilă întradevăr!

Dacă el doreşte să-şi recâştige starea divină pierdută şi gloria Brahmică, întreaga ființă trebuie să fie transformată, dorința lui sexuală trebuie să fie complet transmutată de gânduri divine sublime şi meditație regulată. Transmutarea dorinței sexuale este o cale foarte potentă, eficace şi satisfăcătoare de a realiza fericirea eternă.

Toată lumea e sexy.

Pasiunea domneşte supremă în toate părţile lumii. Minţile oamenilor sunt pline cu gânduri sexuale. Toată lumea e sexy. Întreaga lume este sub influenţa unei intoxicaţii sexuale îngrozitoare. Toţi sunt înşelaţi şi se mişcă în lume cu intelecte perverse. Nici un gând la Dumnezeu. Nici o discuţie despre Dumnezeu. Totul este modă, restaurante, hoteluri, cine, dansuri, curse şi cinema.
Viaţa lor se termină în mâncare, băutură şi procreere. Asta e totul.

Pasiunea a introdus noi mode nu doar în Londra, Paris şi Lahore, ci chiar şi în Madras între fetele Brahmin ale familiilor ortodoxe care aplică Pudră de Muguri de Cireşi şi machiaje pe feţe, în locul pudrei sacre de turmeric, şi îţi împletesc părul ca fetele din Franţa.

Acest tip de imitaţie dezgustătoare şi-a făcut loc în minţile băieţilor şi fetelor noastre din India. Perceptele sacre şi învăţăturile înţelepţilor antici şi ale Rishilor au fost ignorate în totalitate.
Ce stare lamentabilă! Ei acceptă orice ca fiind adevărat numai dacă un Johnson sau un Russel aduce ceva pe calea teoriei evoluţiei, mişcării, atomului, relativităţii sau transcedentalismului. Ruşinos întradevăr! Creierele lor sunt îmbâcsite cu particule străine. Nu au creierul capabil de a absorbi orice este bun în alţii. Există o degenerare mizerabilă în bărbaţii şi femeile tinere din India. Aceasta este era în care nu pot merge nici măcar o scurtă distanţă fără o rişcă, o maşină, un tramvai, o bicicletă sau o trăsură. Ce viaţă artificială îngrozitoare! Tăierea părului printre domnişoarele din India a devenit o epidemie severă şi a invadat întreaga Indie. Acestea sunt din cauza prostiei pasiunii şi lăcomiei.

Bărbaţii tineri ai zilelor noastre imită fără discriminare Vestul şi asta are ca rezultat propria lor ruină. Bărbaţii sunt înghiţiţi de pofta trupească. Îşi pierd simţul corectitudinii, al timpului şi al locului. Niciodată nu discriminează între bine şi rău. Îşi pierd orice simţ al ruşinii.

Citeşte istoria crimelor - jafurilor, violurilor, răpirilor, asaltelor, crimelor - care apar la procesele din tribunale. Pofta este rădăcina tuturor acestora. Poate fi dorința pentru bani sau pofta pentru plăceri trupeşti. Pofta ruinează viața, strălucirea, puterea, vitalitatea, memoria, bogăția, faima, sfințenia, pacea, înțelepciunea şi devoțiunea.

Omul, care se laudă cu intelectul lui, trebuie să învețe lecții de la păsări şi animale. Chiar şi animalele au mai mult control de sine decât oamenii. Numai aşa-zisul om este cel care s-a degradat pe sine prin prea multă indulgență. În culmea excitării sexuale, el repetă acelaşi act ruşinos iar şi iar. Nu are nici un pic de control de sine. Este un sclav absolut al pasiunii. El este o păpuşă în mâinile pasiunii.

Precum iepurii procrează şi aduce în lume un număr imens de copii care umfă numărul cerşetorilor din lume. Leii, elefanții, taurii şi alte animale puternice au un control de sine mai bun decât oamenii. Leii coabitează o singură dată pe an. După concepție, femelele niciodată nu permit masculilor să se apropie de ele până când puii nu au fost înțărcați şi la rândul lor au devenit sănătoşi şi puternici.
Numai omul violează legile naturii şi drept consecință suferă de nenumărate boli. S-a degenerat la un nivel mult mai jos decât animalele în această privință.

La fel cum un rege nu este rege fără trezorerie, subiecți şi armată, cum o floare nu este floare fără miros, un râu nu este râu fără apă, tot aşa, un bărbat nu este bărbat fără Brahmacharya. Ahara, Nidra, Bhaya şi Maithuna - mâncare, somn, frică şi copulație - sunt comune la animale şi la oameni. Ceea ce diferențiază omul de animal este Dharma, Viveka şi Vichare Sakti. Jnana şi Vichara pot fi asigurate numai prin păstrarea Veerya.

Dacă un bărbat nu are aceste calificative, el ar trebui să fie considerat ca fiind doar un veritabil animal.
Dacă pofta, care este sursa tuturor plăcerilor în această lume, încetează, atunci toate legăturile lumeşti, care îşi au substratul în minte, vor înceta. Chiar cea mai virulentă otravă nu este otravă

când este comparată cu pofta. Prima otrăveşte un singur trup, în timp ce ultima corupe multe trupuri în naşteri succesive. Tu eşti sclavul pasiunilor şi dorințelor, emoțiilor şi atracțiilor. Când ai de gând să te ridici din această stare mizerabilă? Acele persoane, care, în ciuda cunoaşterii non-existenței fericirii, în trecut şi în prezent, în obiectele vătămătoare ale lumii, se încurcă pe ele însele în acele obiecte cu gândurile lor agățându-se de ele, merită apelativul de măgar, dacă nu mai rău. Dacă nu posezi Viveka, dacă nu faci toate eforturile pentru salvare, dacă îți petreci viața în mâncare, băutură şi somn, eşti o ființă orizontală numai, trebuind să înveți ceva lecții de la acele animale, care posedă mai mult auto-control.

Degragarea sexuală a cuprins lumea astăzi se datorează direct faptului că oamenii presupun că există un "instinct sexual" natural în ființele umane. Nu este aşa. Instinctul natural este unul de procreere. Dacă bărbații şi femeile îşi restrâng indulgențele sexuale doar la procreere, atunci acest lucru în sine este păstrarea Brahmacharya. Cum acest lucru este imposibil în majoritatea cazurilor, abstinența totală este îmbrățişată de cei care caută valorile mai înalte în viață. În ceea ce priveşte Sadhaka sau dorința de eliberare arzătoare, celibatul este un sine qua non, pentru că el nu îşi poate permite să risipească energia lui vitală deloc.

Satisfacerea oricărei dorințe lumeşti este păcătoasă; carnea ar trebui să fie sclavul abject al spiritului înflăcărat asupra lucrurilor divine.
Omul a fost creat pentru o viață de comuniune spirituală cu Dumnezeu, dar el a cedat seducției demonilor răi care s-au folosit de latura senzuală a naturii sale pentru a-l atrage departe de contemplarea divinului şi pentru a-l conduce la o viață pământeană.
Bunătatea morală, aşadar, constă în renunțarea la toate plăcerile senzuale, în separarea de lume prin discriminare şi lipsa de patimi, în vițuirea spirituală numai, în imitarea perfecțiunii şi purității lui Dumnezeu. Sexualitatea este inconsistentă cu înțelepciunea şi sfințenia.
Marea afacere a vieții este să eviți impuritatea.

Sadhana spirituală este răspunsul la atracția sexuală.

Cultura adevărată este statornicia în Brahmacharya fizică şi mentală. Cultura adevărată este realizarea identității sufletului individual cu Sufletul Suprem prin experiență directă. Pentru un om pasionat cu mintea la cele lumeşti, termeni ca realizarea Sinelui, Dumnezeu, Sine, Vairagya, renunțare, moarte şi cimitir sună foarte revoltător şi terifiant, deoarece el este ataşat de obiecte. Termeni precum cântat, dans, discuții despre femei şi altele sunt foarte plăcute.

Atracția pentru obiecte va dispărea gradual dacă cineva doreşte să se gândească serios la natura ireală a lumii. Oamenii sunt arşi de focul poftei. Toate măsurile care sunt calculate pentru a eradica această boală groaznică ar trebui inițiate şi puse la lucru. Toți oamenii ar trebui să fie familiarizați în totalitate cu diferitele metode care îi vor ajuta să elimine din rădăcini acest duşman groaznic care este pofta. Dacă ei eşuează într-o metodă, pot recurge la alta. Pofta este un instinct brutal în om. Unui om ar trebui să îi fie ruşine să repete iar şi iar acte sexuale când este conştient că țelul vieții este realizarea de Sine prin atingerea purității şi a practicii meditației constante.

Un oponent ar putea spune că aceste chestiuni nu ar trebui discutate deschis, ci ar trebui discutate în secret. Asta este greşit. La ce foloseşte să ascunzi lucruri? Să ascunzi un lucru este un păcat. În aceste zile de cultură modernă şi civilizație nouă, în această era de progres ştiințific, aceste rânduri poate că nu sunt pe placul unor oameni. Ei pot remarca faptul că unii termeni sunt discordanți, revoltători, ofensatori şi indecenți şi nu se potrivesc cu oamenii cu gusturi rafinate. Ei greşesc în totalitate. Aceste rânduri vor produce o impresie foarte adâncă în minții aspiranților însetați care tânjesc după eliberare. Minții lor vor fi schimbate în totalitate. Nu există o cultură spirituală reală printre oamenii societății moderne. Eticheta este doar o simplă imagine.

Peste tot poți vedea mult spectacol, ipocrizie, politețe prefăcută, formalități fără sens şi convenții. Nimic nu emană din profunzimile inimii. Oamenilor le lipseşte sinceritate şi integritatea. Ascultarea Mahavakya înțelepților şi învățăturilor valoroase ale scripturilor nu vor produce nici o impresie în minții persoanelor, pasionale şi lumeşti. Sunt ca semințele aruncate printre roci. Sunt ca perlele
aruncate în fața porcilor. Dacă cineva înțelege clar prejudiciile serioase care vin printr-o viață

impură şi ia hotărârea să atingă ţelul vieţii ducând o viaţă pură, el trebuie să-şi păstreze mintea ocupată cu gânduri divine, concentrare, meditaţie, studiul şi serviciul pentru umanitate.

Lipsa Sadhana-ei spirituale este cauza principală pentru toate atracţiile sexuale. Doar simpla abstinenţă teoretică de senzualitate nu îţi va aduce rezultate bune. Trebuie să tai fără milă toate formalităţile în viaţa socială şi să duci o viaţă pioasă liberă de afacerile existenţei trupeşti. Înclinaţia către tendinţele interne josnice îţi va aduce suferinţă. Scuzele nu vor folosi nimănui. Trebuie să fii sincer în căutarea ta pentru viaţa sublimă a spiritualităţii. Jumătăţile de măsură te vor menţine în starea de mizerie.

Treziţi-vă prieteni, din această mocirlă a iluzoriei Samsara acum. Pasiunea a creat un mare haos în voi deoarece sunteţi înecaţi în ignoranţă. Câte milioane de taţi, mame, soţii şi fii aţi avut în naşterile precedente! Acest trup este plin de impurităţi. Ce ruşine este să îmbrăţişezi acest trup împuţit! Este doar o simplă prostie. Renunţă la iluzia trupului. De asemeni, renunţă la identificarea cu acest trupu prin meditaţia asupra gloriei lui Suddha Atman. Renunţă la venerarea trupului. Cei care venerează trupul sunt Asuras şi Rakshasas.

Brahmacharya - nevoia momentului

Fraţii mei! Ţineţi minte că voi nu sunteţi acest trup trecător din carne şi oase. Voi sunteţi nemuritorul, infinitul, Sat-Chit-Ananda Atman. Tu eşti Atman. Tu eşti Adevărul viu. Tu eşti Brahman. Tu eşti conştiinţa absolută. Poţi atinge această stare supremă numai ducând o viaţă de Brahmacharya adevărată. Spiritul Brahmacharyei trebuie să pătrundă în întreaga ta viaţă şi în toate acţiunile tale.

Oamenii vorbesc despre Brahmacharya, dar oameni practici sunt întradevăr rari. O viaţă continentă este cu adevărat copleşită cu dificultăţi. Dar calea devine netedă pentru un ome cu o determinare de fier, răbdare şi perseverenţă. Vrem oameni adevăraţi, practici pe teren, oameni care sunt Brahmachari practici, oameni care pot impresiona pe alţii cu psihicul lor puternic, vieţile ideale,

caracterul nobil şi tăria spirituală. Simpla vorbărie nu foloseşte la nimic. Am avut destui vorbitori fără folos pe teren şi pe platforme. Să vină în față câțiva oameni practici şi să conducă tinerii prin viețile lor exemplare şi aura spirituală. Da-mi voie să-ți reamintesc! Exemplul este mai bun decât instrucția.

Durata medie de viață a omenirii a scăzut la patruzeci de ani față de suta de ani obişnuită. Fiecare doritor de bine din țară trebuie să se gândească la această stare a lucurilor dizgrațioasă şi dezastruoasă, cu foarte multă atenție şi să aplice remediile corespunzătoare la timp. Bunăstarea viitoare a țării stă în întregime pe umerii tinerilor. Este datoria Sannyasinilor, a sfinților, a profesorilor, a învățătorilor şi părinților să reintroducă celibatul în viața tinerilor. Mă rog ca autoritățile educaționale şi bătrânii vor acorda atenție specială subiectului vital al Brahmachaya-ei pentru a eleva generațiile următoare. Antrenametul tinerilor înseamnă contruirea națiunii.

Bunăstarea viitorului Indiei stă în întregime pe Brahmacharya şi numai pe Brahmacharya.
Este datoria Sannyasinilor şi Yoghinilor să antreneze studenții în Brahmacharya, să învețe Asana şi Pranayama şi să răspândească cunoaşterea lui Atman de-a lungul şi de-a latul. Ei pot face multe pentru a îmbunătăți situația pentru că ei sunt bărbați tot timpul. Ei ar trebuie să iasă din peşteri şi Kutir-uri pentru Loka-Sangraha.

Dacă țara maternă vrea să se ridice sus pe scara națiunilor, copii ei, ambii bărbați şi femei, ar trebui să studieze subiectul important al Brahmacharya în toate detaliile, să-i înțeleagă importanța supremă şi să păstreze strict marea Penitență.
În concluzie, mă rog cu fervoare, cu mâinile încrucişate, ca voi toți să vă luptați cu sinceritate să controlați pasiunea - duşmanul păcii şi prosperității - prin Sadhana (practică spirituală). Un Brahmachari adevărat este cu adevărat un împărat puternic al acestei lumi.
Adorațiile mele tăcute către toți Brahmacharinii! Glorie lor!

Fie ca tu să rămâi aşezat sigur precum Mahameri în Starea Esențială Satchidananda fără nici un gând impur, desfrânat! Fie ca Dumnezeu să binecuvânteze aspiranții cu putere şi energie pentru a

continua Brahmacharya! Fie ca tu, cu o minte pură, fără pată, să cunoşti fără întreruperi Realitatea ta Atmic-ă! Fie ca tu, fără dorințe lumeşti şi ambiții, să te odihneşti în Acela care este în mijlocul celui care se bucură şi de care se bucură!
Fie ca splendoarea divină să strălucească în fața ta! Fie ca flacăra divină să lumineze mai puternic în voi toți! Fie ca puterea divină şi pacea să rămână în voi pentru totdeauna! Om Santi! Santi! Santi!

Omul doreşte să aibă copii pentru a menține rasa sau linia. Acesta este instinctul de reproducție. Dorința de împerechere apare din acest instinct sexual. Puterea dorinței sexuale depinde de impulsul sexual.
Conform Gita, impulsul este Vegam sau forța. Domnul Krishna spune, "Cel ce este capabil să îndure aici pe pământ, înainte de a fi eliberat de trup, forța născută a dorinței şi pasiunii, este armonizat, el este un om fericit."
Impulsul este o forță puternică. El exercită influența asupra minții. Este o forță care este comunicată brusc minții.

La fel cum petrolul sau aburul mişcă motorul, instinctele şi impulsurile mişcă acest trup. Instinctele sunt principalele motive alte tuturor activităților umane. Ele dau un impuls trupului şi mişcă Indriyas-urile să acționeze. Instinctele creează obiceiuri. Impulsurile instinctive furnizează puterea de conducere prin care toate activitățile mentale sunt menținute. Aceste impulsuri sunt forțe mentale. Ele operează prin minte şi intelect. Ele modelează viața omului. Misterul vieții stă în ele.

Atracția către femei în bărbați este născută din Rajas. Acea atracție necunoscută şi fericirea în compania lor este sămânța impulsului sexual. Această atracție, care este ca un balon la început, mai târziu capătă o formă formidabilă, un val necontrolabil de pasiune puternică sau apetit sexual. Fii atent. Generează unde spirituale de devoțiune prin Japa, Satsanga, meditație şi Vichara şi omoară această atracție în faşă.

Trebuie să înțelegi lucrarea psihologică a impulsului sexual. Când sunt mâncărimi în trup, simpla

scărpinare a lor este o plăcere. Impulsul sexual este doar o mâncărime nervoasă. Satisfacerea acestui impuls cauzează o plăcere iluzorie, dar are un efect dezastruos asupra bunăstării spirituale a persoanei.

2.CUM LUCREAZA IMPULSUL SEXUAL

Săgeata înflorită al lui Cupidon

Pofta trupească este puternică. Ea poartă un arc înflorit echipat cu cinci săgeți, şi anume, Mohana, Stambhana, Unmadana, Soshana şi Tapana - fascinației, stupefacție, intoxicație, vlăguire şi ardere. O săgeată cauzează fascinația în tinerii bărbați când văd o formă frumoasă. O alta le atrage atenția. A treia îi intoxică. A patra cauzează atracția intensă către formă. A cincea săgeată inflamează şi arde inima. Ea străpunge camerele cardiace adânc. Nimeni pe acest pământ, mai mult, în toate cele trei lumi, nu are puterea să reziste influenței potențiale a acestor săgeți. Aceste săgeți au străpuns chiar şi inima Domnului Siva şi a multor Rishi ai trecutului. Aceste săgeți l-au indus chiar şi pe Indra să o molesteze pe Ahalya. Cupidon trage direct o săgeată prin sprâncenele fermecătoare şi privire pătrunzătoare ale tinerei femei cu o talie subțire, obraji îmbujorați şi buze roşii. Lumina lunii, mirosuri şi parfumuri, flori şi ghirlande, pastă de santal, carnea şi lichiorul, teatrele şi nuvelele sunt armele lui puternice pentru a păcăli tinerii înflăcărați. Rațiunea discriminarea îşi iau tălpăşița în clipa în care inimile lor sunt umplute cu pasiunea arzătoare.

Toți devin absolut orbi. Cupidon tansformă persoanele intelectuale, marii oratori, miniştri şi cercetătorii, doctorii şi avocații, în animale de companie în brațele tinerelor femei. Rațiunea s-a oprit în intelectul uscat al cărturarului sau profesorului. El nu are vigoare adevărată. Cupidon îi cunoaşte tăria. Cupidon domneşte suprem peste tot. El penetrează inimile tuturor. El ştie cum să gâdile nervii. Într-o clipită el distruge rațiunea, discriminarea şi înțelegerea doar prin simpla inflamare a pasiunii în tineri.

Chiar şi în vise Cupidon domină, chiar când toate Indriyas-urile sunt tăcute. Femeile sunt agenții lui infailibili! Ele sunt întotdeauna gata să răspundă chemării lui. Cupion operează prin zâmbetele

lor, privirile fermecătoare şi cuvinte dulci, prin cântecele lor melodioase şi dansurile la bal. Tinerele femei aduc rapid ruina bărbaților şi pot deranja pacea chiar şi minţile înţelepţilor. Cupidon poate face ca sistemul nervos al Brahmachari-lor să tremure în delirul plăcerii imaginare chair şi când ei se gândesc la imaginile tinerelor, femeilor frumoase, chair când ei aud sunetele încete ale brățărilor şi ornamentelor de la glezne, chiar şi când se gândesc la fețele lor înfloritoare. Ce să mai vorbim de atingere?

Samskaras în mintea subconştientă

Un act sexual produce o Samskara sau impresie în mintea subconştientă sau Chitta. Această Samskara ridică un Vritti sau o undă a gândului în minte iar Vritti-ul din nou cauzează o Samskara. Satisfacerea dorinței întăreşte Vasanas-urile. Prin memorie şi imaginație, o redeşteptare a dorinței sexuale apare.
Amintirea imaginii unei femei nelinişteşte mintea. Când un tigru a gustat odată sânge de om, întotdeauna va alerga să omoare oameni. El devine un mâncător de oameni. Tot astfel, când mintea a gustat odată plăcerea sexuală, întotdeauna va alerga după femei.

Din Samaskara-urile şi Vasana-urile minții emană Kalpana sau imaginația prin Smriti sau memorie. Atunci vine ataşamentul. Odată cu imaginația, emoția şi impulsul se manifestă. Emoția şi impulsul merg mână în mână. Apoi vine iritarea sexuală - dorința şi ardoare în minte şi în tot trupul. Iritația şi ardoarea în minte pătrund în trupul fizic, la fel cum apa dintr-o oală pătrunde în suprafața oalei. Dacă eşti vigilent, poți da la o parte imaginația rea chiar la început şi poți evita pericolul iminent. Chiar dacă permiți "hoțului" imaginației să intre pe prima poartă, fii foarte atent la a doua poartă când iritarea sexuală se manifestă. Poți opri ardoarea acum. Poți opri de asemenea, uşor. impulsul sexual puternic să se transmită la Indriya însuşi. Trage energia sexuală către creier prin Uddiyana şi Kumbhaka. Distrage mintea. Cântă 'Om' sau orice altă Mantra cu concentrarea. Roagă-te, meditează. Dacă încă ți se pare că este dificil să controlezi mintea, imediat caută Satsanga şi nu rămâne singur. Când impulsurile puternice se manifestă dintr-o dată şi sunt transmise organului, uiți totul şi devii orb. Devii o pradă a poftei trupeşti. Mai târziu te căieşti.Chiar şi într-un om orb care este celibat şi care nu a văzut fața unei femei, impulsul sexual

este foarte puternic. De ce? Aceasta se datorează forței Samskara-urilor sau impresiilor din viețile precedente care sunt implantate în mintea subconştientă. Indiferent ce faci, indiferent ce gândeşti, totul este depozitat sau înscris sau impresionat pentru totdeauna în straturile Chitta sau minții subconştiente.

Aceste impresii pot fi arse sau distruse numai prin începutul cunoaşterii lui Atman sau Eului Suprem. Când Vasana sexuală umple întreaga minte şi trupul, Samskaras-urile iau forma marilor Vrittis-uri sau valuri şi torturează bietul om orb.

Este uşor să controlezi mintea conştientă. Dar este foarte dificil să controlezi mintea subconştientă. Poți fi un Sannyasin. Poți fi un om moral. Observă cum mintea se comportă în vise. Începi să furi în vise. Comiți adulter în vise. Impulsurile sexuale, ambițiile şi dorințele josnice sunt toate înrădăcinate în mintea subconştientă. Distruge mintea subconştientă şi Samskaras-urile ei prin Vichara, Brahma-Bhavana şi meditație asupra lui 'Om' şi a sensului ei. Un om care este stabilit în Brahmacharya mentală nu poate avea nici măcar un singur gând rău în vise. El nu poate avea niciodată un vis rău. Există lipsa de Vichara sau Viveka (discriminare) în vise. Acesta este motivul pentru care ai vise rele, chiar dacă eşti pur în starea Jagrat (treaz, conştient) prin puterea Viveka şi Vichara.

Un aspirant se plânge: "Pe măsură ce continui meditația, strat după strat de impurități continuă să se ridică din mintea subconştientă. neori ele sunt aşa de puternice şi formidabile că sunt confuz cum să le opresc. Nu sunt perfect stabilit în adevăr şi în Brahmacharya. Vechile obiceiuri ale poftei trupeşti spunerea de minciuni încă rămân ascunse în mine. Pofta trupească încă mă necăjeşte puternic.

Chiar ideea despre femeie îmi agită mintea. Mintea mea este aşa de sensibilă că nu sunt în stare să le aud sau să mă gândesc la ele. Imiediat ce gândul vine în minte, Sadhana mea este deranjată, şi de asemenea, pacea întregii zile este stricată. Îmi sfătuiesc mintea, o linguşesc, o sperii, dar degeaba. Mintea mea se revoltă. Nu ştiu cum să controlez această pasiune. Iritabilitatea, egoismul, mânia, lăcomia, ura şi ataşamentul încă stau ascunse în minte. Pofta trupească este duşmanul meu principal şi este unul foarte puternic. Îți cer să fii amabil şi să mă sfătuieşti cum să o distrug."

Când impuritățile ies din mintea subconştientă şi vin la suprafața minții conştiente cu foță formidabilă, nu încerca să le reziști. Repetă Ishta Mantra ta. Nu te gândi prea mult la defectele şi calitățile tale mai puțin bune. Este suficient dacă cercetezi şi îți găseşti defectele.
Nu încerca să ataci calitățile rele. Atunci îşi vor arăta fețele lor lungi. Dezvoltă virtuți pozitive. Nu te îngrijora prea des: "Am aşa de multe defecte şi slăbiciuni." Cultivă virtuți Sattvice. Prin meditație, şi prin dezvoltarea calităților pozitive, prin metoda Pratipaksha Bhavana, toate calitățile negative vor muri singure. Aceasta este metoda corectă.

Poți să îmbătrâneşti, părul albeşte, dar mintea rămâne mereu tânără. Capacitatea poate dispărea, dar dorința rămâne chiar şi când ai ajuns la senilitate avansată. Dorințele sunt adevăratele semințe ale naşterii. Aceste semnițe ale dorințelor dau naştere la Sankalpa şi acțiune. Roata Samsarei este învârtită de aceste dorințe. Distrugele încă de la început. Atunci doar vei fi sigur. Vei obține Moksha.

Brahma-Bhavana, Brahma-Chintana, meditația asupra 'Om' şi devoțiune vor dezrădăcina aceste semințe-dorință care sunt îngropate adânc. Va trebui să le scoți afară cum trebuie în diferitele colțuri şi să le arzi dincolo de reânviere. Atunci numai eforturile tale vor aduce fructul lui Nirvikalpa Samadhi.

Un student îmi scrie: "Carnea impură şi pielea îmi apar ca fiind foarte pure şi bune. Am pofte trupeşti mari. Încerc să dezvolt metal Bhava mamei în toate femeile. Mă închin în fața unei femei mental, gândind că ea este o imagine a Zeiței Kali, însă mintea mea este extrem de dornică de pofte trupeşti. Ce să fac acum? Doresc iar şi iar să privesc o femeie frumoasă." Evident, Vairagya şi discriminarea încă nu şi-au făcut apariția în mintea lui nici măcar puțin. Samskara-ele vechi şi Vasana-ele sunt foarte puternice.

Chiar şi un Brahmachari pur va fi necăjit la început de curiozitate. El va fi curios să ştie şi să simtă ce fel de plăcere oferă indulgența sexuală. El gândeşte uneori: "Lasă-mă să cunosc plăcerea carnală a femeii doar o odată. Atunci voi putea să elimin din rădăcină impulsul şi dorința complet.

Curiozitatea sexuală mă necăjeşte foarte mult."
Mintea vrea să-l păcălească pe acest Brahmachari. Maya face ravagii prin curiozitate. Curiozitatea este transmutată într-o dorință puternică. Gratificarea nu poate aduce satisfacerea unei dorințe. Calea înțeleaptă este să omori valul puternic de curiozitate prin Vichara sau cercetarea despre Atman cel pur şi fără sex, prin eradicarea totală a dorinței sexuale prin meditație constantă, şi gândirea la gloria Brahmacharyei şi defectele vieții impure.

Cum să evaluezi puritatea mentală proprie

Vederea unei fete frumoase produce în tinerii pasionați atracție şi agitația minții, străpungând inima şi cauzând intoxicare serioasă. Dacă aceste simptome sunt absente într-un om, atunci este un semn care denotă că el este stabilit în Brahmacharya. Vederea unei perechi de păsări sau de animale care se împerechează, sau vederea trupului gol al unei femei, nu ar trebui să producă nici cea mai mică agitație în minte.

Dacă un sentiment se ridică în mintea unui Brahmachari pentru compania unei femei în timpuri de boală, dacă există o dorință puternică de a fi în compania ei, dacă există o dorință puternică de a vorbi, juca şi glumi cu ea, dacă există dorința de a privi la fete frumoase, dacă privirea este necurată şi adulteră, şi dacă există o dorință în minte când există durere în trup pentru atingerea mâinilor unei femi, aminteşte-ți că pofta încă este prezentă în minte. Există o dorință sexuală puternică. Aceasta trebuie să fie distrusă. Vechiul hoț încă se ascunde. Un asemenea Brahmachari trebuie să fie foarte atent. El este încă în zona periculoasă. El încă nu a atins starea de puritate. Chiar şi în vise nu ar trebui să se trezească în minte nici o dorință pentru atingere femeiască şi compania unei femei.

Puritatea cuiva poate fi evaluată de experiența unei persoane în vis. Dacă cineva este în întregime liber de orice gând sexual în vise, el a ajuns la culmea purității. Analiza de sine şi introspecția sunt cerințe indispensabile pentru a determina starea minții unei persoane.
Un Jnani nu va avea vise ude. Cel ce este stabilit în Brahmacharya nu va avea nici măcar un singur

vis rău. Visele servesc drept criteriu pentru a judeca starea noastră mentală sau gradul nostru de puritate mentală. Dacă nu ai vise impure, creşti în puritate.

Chiar ideea de sex ar trebui să dispară din minte. Sukadeva a avut această experiență. Suka nu s-a căsătorit. El şi-a părăsit casa şi hoinărea prin lumea largă, gol puşcă. Separarea a fost foarte dureroasă pentru tatăl său, Vyasa. Vyasa a mers în căutarea fiului său. În timp cel el a trecut pe lângă un lac, Apsaras, care se jucau liber, s-au simțit ruşinate şi s-au îmbrăcat în grabă. Vyasa a spus, "Foarte straniu întradevăr! Sunt bătrân. Port haine. Dar când fiule meu a trecut pe aici gol, ați rămas liniştite, nu v-ați mişcat." Apsaras au răspuns, "O venerabile înțelept, fiul tău nu cunoaşte diferența între bărbat şi femeie, dar tu o cunoşti."

Va trebui să cauți cu atenție acest duşman groaznic, pofta care stă ascunsă în diversele colțuri ale inimii tale. La fel cum vulpea se ascunde în tufiş, tot aşa, această poftă se ascunde în substraturile şi colțurile minții. Poți detecta prezența ei numai dacă eşti vigilent.
Autoexaminarea intensă este foarte necesară. La fel cum duşmanii puternici pot fi cuceriți numai dacă îi ataci din toate părțile, tot aşa, poți păstra simțurile puternice sub control numai dacă le ataci din toate părțile, din interior şi din afară, de deasupra şi dedesupt.

Simțurile sunt foarte turbulente. Virusul puternic care cauzează sifilisul este atacat din toate părțile de doctor cu medicamente variate precum ungere şi masaj local, injecție, amestec de prafuri.
Tot aşa, simțurile trebuie să fie controlate prin metode variate precum postul, restricții în dietă, Pranayama, Japa, Kirtan, meditație, Vichara sau interogarea "Cine sunt?", Pratyahara sau abstracția, Dama sau restrângerea de sine, Asane, Bandha, Mudre, control al gândului şi distrugerea Vasanas-urilor.
Protejează-te împotriva erorii de a-ți imagina cu prostie că ai reuşit să scapi de poftă prin simpul fapt că ai trăit singur pentru un număr de ani sau ai experimentat un pic sentimente de serenitate sau puritate. Nu trebuie să zăboveşti asupra iluziei că ai eradicat pofta complet ajustând un pic dieta, practicând Pranayama şi făcând un pic de Japa, şi că nu mai ai nimic de făcut. Tentația sau Mara te poate doborâ în orice moment. Vigilența eternă şi Sadhana riguroasă sunt foarte esențiale.

Nu poți să atingi Brahmacharya perfectă cu eforturi limitate. La fel cum o mitralieră este necesară pentru a omorâ un duşman puternic, tot aşa, Sadhana constantă, viguroasă, puternică este necesară pentru a anihila acest duşman puternic, pofta. Nu trebuie să te umfli în pene cu mândrie pentru mici realizări în celibat. Dacă eşti testat, vei cădea fără speranță. Trebuie să fii mereu conştient de lipsurile tale şi trebuie constant să le străduiești să scapi de ele. Cel mai mare efort este necesar. Atunci doar vei avea succes autentic în această direcție.

Este uşor să îmblânzeşti un tigru sălbatic sau un leu sau un elefant. Este uşor să te joc cu cobra. Este uşor să mergi peste foc. Este uşor să devorezi focul şi să bei apele oceanului. Este uşor să escaladezi Himalaya. Este uşor să obții victoria pe câmpul de bătălie.
Dar, este dificil de eradicat pofta. Chiar de la primele stagii ale evoluției de-a lungul erelor, dorința instinctivă pentru reproducere şi multiplicare a fost păstrată numai de puterea poftei trupeşti. Aşadar, în ciuda tuturor eforuturilor de a o controla şi de a o subjuga, puterea încească se se manifeste cu putere şi să copleşească pe Sadhaka sau aspirant.

În acelaşi timp, nu e nevoie să disperi nici un pic. Ai credință în Dumnezeu, în Numele Lui şi în grația Lui. Pofta nu poate fi dezrădăcinată din minte decât prin grația lui Dumnezeu. Vei avea cu siguranță succes dacă ai credință în El. Poți distruge pofta într-o clipită. Dumnezeu face pe mut să vorbească şi pe olog să urce un deal abrupt. Doar simplul efort uman nu este suficient. Grația divină este necesară. Dumnezeu îi ajută pe cei care se ajută singuri. Dacă faci renunțare de sine totală, Mama Însăşi face Sadhana.

Meditația regulată şi Japa unei Mantra-e, dieta Sattvic-ă, Satsanga, practica Pranayama, Sirsha and Sarvanga Asanas, studiul cărților religioase, Vichara şi izolarea pentru trei lui pe malul unui râu sfânt vor anihila în totalitate pofta trupească, oricât de puternice ar fi vechile Samskara-uri şi Vasana. Pozitivul întotdeauna cucereşte negativul. Nu trebuie să te descurajezi în nici un caz. Cufundă-te în meditație, omoară această Mara, şi ieşi victorios din luptă. Străluceşte ca un Yoghin briliant. Tu eşti eternul Atman. Simte asta, O Viswaranjan!

Impulsurile sexuale pot, cu dificultate, să fie controlate. O rebeliune a impulsurilor sexuale are loc când încerci să le controlezi. Japa constantă şi meditaţia pentru o perioadă lungă sunt necesare pentru a direcţiona energia sexuală pe canalul spiritual. Sublimarea completă a energiei sexuale în Ojas Sakti este necesară. Numai atunci eşti în perfectă siguranţă. Numai atunci vei fi stabilit în Samadhi, pe măsură ce Rasasvad va dispărea în totalitate. Răbdarea extremă, vigilenţa constantă, perseverenţa şi Sadhana riguroasă sunt necesare pentru a eradica impulsurile sexuale şi pentru a dobândi puritatea perfectă în gând, cuvânt şi faptă.

Brahmacharya sau puritatea poate fi dobândită numai prin luptă constantă. Nu poate fi atinsă într-o zi sau o săptămână. Pofta este fără dubii foarte puternică. Este duşmanul tău de moarte. Dar cel mai puternic prieten al tău este Numele Domnului. El va distruge pofta din rădăcini. Aşadar, întotdeauna recită şi cântă, "Ram, Ram, Ram."
Practicile Yoga, meditaţia şi celelalte vor atenua sau subţia dorinţa sexuală într-un mare grad. Dar, realizarea de Sine singură poate distruge complet sau arde dorinţa sexuală şi Samskara-surile. După cum indică corect Bhagavadgita, "Obiectele simţurilor se întorc de la omul abstinent care lasă dorinţa în urmă, dar această dorină de asemenea se întoarce după ce atinge realizarea de Sine."

Dorinţa sexuală este o forţă creativă. Dacă nu eşti inspirat de idealuri spirituale, este dificil să controlezi instinctul sexual. Direcţionează energia sexuală pe canalul înalt spiritual. Ea va fi sublimată. Ea va fi transformată în energie divină. Eradicarea completă a poftei, totuşi, nu poate fi realizată prin efort personal. Ea poate fi dobândită numai prin graţia lui Dumnezeu.

3. INTENSITATEA DORINŢELOR ÎN DIFERITE PERSOANE

Pasiunea este o dorinţă foarte puternică. O dorinţă blândă devine o pasiune puternică prin repetarea frecventă sau prin indulgenţa frecventă. Există pasiune pentru serviciul pentru ţară în patrioţi. Există pasiune pentru realizarea lui Dumnezeu în aspiranţii de primă clasă. În unii oameni, există o pasiune puternică pentru cititul nuvelelor. Există pasiune pentru cititul cărţilor religioase. Dar în

general,
în vorbirea obişnuită, pasiunea înseamnă pofta trupească sau un apetit sexual puternic. Acesta este o dorință fizică pentru gratificarea sexuală sau carnală. Când orice act sexual este repetat foarte des, dorința devine foarte ascuțită sau puternică. Instinctul sexual sau instinctul de reproducere în om involuntar îl îndeamnă să se implice în acte sexuale pentru prezervarea speciilor.

Pasiunea este dorința instinctivă pentru externalizare prin conservarea de sine şi multiplicarea de sine. Ea este o putere de diversificare, care este opusă direct forței care se mişcă spre integrare ființei.
Pasiunea este un efort sau produs al Avidya. Ea este o Vikara negativă în minte. Atman este etern-pur. Atman este Vimala sau Nirmala sau Nirvikara. El este Nitya-Suddha. Avidya Sakti a luat forma pasiunii pentru păstrarea jocului lui Dumnezeu. Vei găsi în Chandipath sau Durga Saptasati:
Ya Devi Sarvabhuteshu Kamarupena Samsthita
Namastasyai Namastasyai Namastasyai Namo Namah

Înseamnă: "Mă înclin la acea Devi care a luat forma pasiunii în toate aceste ființe."
Chiar şi Brahma, Creatorul, nu ştie exact locul unde stă pasiunea. În Bhagavadgita, vei găsi menționat că simțurile, mintea şi Buddhi sunt locurile pasiunii. Pranamaya Kosa sau corpul subtil vital este alt loc. Dorința este atotpătrunzătoare în trup. Fiecare celulă, fiecare atom, fiecare moleculă, fiecare electron este încărcat cu pasiune. Există subcurenți, curenți încrucişați, intra-curenți şi curenți submarini în marele ocean al pasiunii. Trebuie să îi anihilezi complet pe fiecare dintre ei. Trebuie să distrugi complet pasiunea în toate locurile.

Pasiunea este o Vritti sau o modificare care se ridică din lacul minții când Rajo-Guna predomină. Mâncarea Rajasică precum carnea, peştele şi ouăle, îmbrăcămintea Rajasică şi modul Rajasic de a trăi, parfumurile, cititul romanelor, cinematograful, discuțiile despre lucrurile senzuale, compania rea, lichiorul, intoxicanții de toate felurile, tutunul - toate aceste excită pasiunea.

Pasiunea în copii, tineri şi vârstnici

Pasiunea este în stare de sămânță în băieții tineri şi în fete. Nu le cauzează nici un necaz. La fel cum un copac este latent în sămânță, tot aşa, pasiunea este într-o stare de sămânță în mințile copiilor. În bărâni şi femei în vârstă pasiunea este suprimată. Ea nu mai poate cauza nici un scandal. Numai în bărbații tineri şi în femeile tinere care au ajuns la adolescență această pasiune devine problematică.

Bărbații şi femeile devin sclavi ai pasiunii. Ei devin neajutorați.
Nu este o mare diferență în ceea ce priveşte sexul între un bărbat şi o femeie, între un băiat şi o fată când sunt foarte tineri. Când ajung la pubertate, apare o schimbare drastică. Sentimentele, gesturile, trupul, ținuta, vorbirea, privirea, mişcările, vocea, calitățile şi comportamentul se schimbă în totalitate.
Întregul pom mango - cu toate ramurile lui, frunze şi fructe - este conținut în formă subtilă în sămânță. E nevoie de timp pentru manifestare. Chiar şi aşa, Vasana poftei stă ascunsă în minte când eşti un băiat, se manifestă la optsprezece ani, umple întregul trup la douăzeci şi cinci, lucrează haos de la douăzeci şi cinci la patruzeci şi cinci şi apoi gradat se diminuează. Diferite forme de greşeli şi răutăți sunt comise de ființele umane între douăzeci şi cinci şi patruzeci şi cinci. Aceasta este cea mai critică perioadă a vieții.

Gândurile sexuale în înțelepți, aspiranți spirituali şi familişti

Într-un jnani, dorința sexuală este eradicată în întregime. În Sadhaka, ea rămâne bine controlată. Într-un familist, când nu este controlată, cauzează haos. Ea există în el în stare extinsă. El nu poate să-i reziste. El cedează în fața ei neajutorat din cauza voinței slabe şi lipsei de hotărâre.

Într-un jnani sau înțelept, nu apar în minte gânduri senzuale. Nu există nici o diferență în sentimente când vede o fată frumoasă, un copil sau o femeie bătrână. El va vedea unicul fundamental, eternul, imortalul Sine într-o femeie şi un bărbat. El nu va avea sentimente diferite când atinge o carte, un lemn, o piatră şi trupul unei femei. Nu există ideea de sex într-un Jnani.

Aceasta trebuie să fie condiția minții care este stabilită în Brahmacharya.
Într-un aspirant, vor exista gânduri sexuale ocazionale, dar ele sunt controlate. Ele nu pot cauza haos în el.

Un familist pasionat, totuşi, devine o pradă pentru gânduri sexuale. Un om pasionat al lumii vrea compania constantă a soției lui. Ideea de sex este înrădăcinată în el. Ea este foarte puternică. El vrea ca totul să fie făcut de soția lui. Numai atunci este mulțumit. Aceasta este pur şi simplu din cauza pasiunii. După moartea soției lui, el nu mai mănâncă cu poftă, chiar şi când este preparată de bucătari experți. Asemenea persoane sunt în totalitate nepotrivite pentru linia spirituală. Când un om simte dezgust pentru compania unei femei şi nu poate tolera compania ei, este un semn care arată trezirea Vairagya în el.

Dacă păstrezi sucul de lămâie sau sucul de tamarind într-o cupă de aur, el nu este stricat sau pătat. Dacă îl păstrezi într-un vas de aramă sau de cupru, se strică şi devine otrăvitor. Chiar şi aşa, dacă există câteva Vritti-uri Vishaya sau gânduri senzuale în mintea pură a unei persoane care practică meditația constantă, el nu vor polua omul şi nu vor induce Vikara sau excitare pasională. Dar dacă sunt gânduri senzuale în persoane cu minți impure, ele cauzează excitare imediată în ele când se întâlnesc cu obiecte senzuale.

În vasta majoritate a persoanelor, dorința sexuală este foarte intensă. Ele au o năzuință sexuală extremă. În unele, dorința sexuală vine ocazional, dar trece repede. Este doar o simplă agitație, de o natură simplă în minte. Prin metoda corespunzătoare a Sadhanei spirituale, aceasta de asemeni poate fi eradicată complet.

Pofta în bărbați şi în femei

Deşi o femeie apare ca fiind blajină şi moale, ea devine nepoliticoasă, aspră şi distinct masculină când este nervoasă. Grația feminină dispare când ajunge sub influența mâniei, indignării, furiei şi resentimentelor. Ai văzut vreodată femeile bătându-se pe stradă? Femeile sunt mai geloase decât

bărbații. Ele au mai multă Moha şi pasiune de asemenea. Ele sunt de opt ori mai zeloase decât bărbații. Femeile au mai multă putere de îndurare. Ele sunt mai emoționale. Bărbații sunt mai raționali.

Deşi femeile sunt mai zeloase, cu toate astea au mai multă putere de înfrânare decât bărbații. După ce ademenesc bărbații, rămân liniştite. Adevăratul vinovat este numai bărbatul. El este agresiv. El este cel care gustă 'fructul oprit' primul. El este activ. El îşi pierde controlul şi discernământul, puterea de înțelegere şi judecata când este cuprins de pasiune şi devine un cățeluş ridicol în brațele femeii.

Când un om cade în capcana sau plasa întinsă de o femeie, nu mai este scăpare pentru el. Femeia este pasivă. Ea doar tentează şi înşeală bărbatul. Ea inflamează şi inima bărbatului. Ea zâmbeşte şi priveşte şi apoi tace. Aşteaptă. Dar bărbatul este agresorul. El este adevăratul vinovat.

Bărbatul este cel mai rău vinovat. El este adevăratul seducător. El este agresorul. El este violatorul. Toate femeile din lume ar fi devenit Mira, Madalasa şi Sulabhas dacă nu ar fi existat această natură depravată a bărbatului. El trebuie să fie corectat şi modelat înainte. El nu are aşa de mult control de sine cum au femeile. Femeile sunt de opt ori mai pasionate decât bărbații, dar posedă de opt ori mai multă putere de control asupra impulsului sexual sau a dorinței sexuale. Aceasta este slăbiciunea bărbatului, deşi el poate fi fizic şi intelectual mai puternic decât o femeie.

Femeile te flatează, te ademenesc şi te linguşesc. Ele sunt experte în arta linguşitului. Ele te-au făcut un sclav prin expresiile lor încrezătoare, prin acțiunile lor, şarmul tineresc, privirile cochete, gesturi şi zâmbete. O porțiune considerabilă a vieții tale a fost cheltuită urmărind fantome ale cărnii. Femeile apar fermecătoare doar pentru scurt timp, dar devin distrugătoare ale sănătății şi fericirii curând după aceea. Fii atent la aceste seducătoare care te prind în plasă prin linguşirile lor. Petreceți zilele care au mai rămas cel puțin pe malurile sfinte ale Gangelui în Japa tăcută şi în meditație.

Scorpionul are veninul în coadă, cobra în colți, țânțarul în salivă şi scandalagiul în limbă. Femeia are săgeți otrăvite în ochii ei. Ea trimite mesajul pasiunii către tineretul plin de pofte trupeşti şi străpunge inimile lor prin săgețile otrăvite care sunt aruncate din privirile lor pătrunzătoare. Dar, ea nu poate să facă nici un rău unui Viveki care este întotdeauna alert şi vede Dosha-surile unei femei şi care cunoaşte Sat-Chit-Ananada, natura pură a lui Atman.

Există limbi şi instrumente telegrafice în ochii tinerelor femei pasionate. Ele trimit săgețile de dragoste şi mesajele de dragoste prin privirile zâmbitoare către tinerii bărbați pasionați şi prin urmare îi ademenesc şi îi vrăjesc. Acei tineri care nu au discriminare sunt excitați de aceste mesaje de dragoste şi devine o pradă a poftei. 'Ei devine cățeluşi de joacă ai femeilor, deşi posedă educație academică şi ocupă poziții înalte şi titulri. Ce ruşine! Rațiunea, voința, intelectul dispar împreună. O aspiranți! Nu fiți foarte familiari cu femeile. Nu ar trebui să vă sacrificați idealul nobil al vieții de dragul de a plăcea unei femei care vă vrăjeşte. Gândiți-vă la compoziția trupului. Păstrați imaginea mentală a trupului mort al unei femei sau un schelet ori de câte ori pasiunea vă necăjeşte. Veți câştiga încet putere să supuneți pasiunea. Vairagya va apărea încet. Cauza pentru atracția către femei este prezența Vasanas-urilor sau a dorințelor subtile în minte. Şterge-ți-le Nu va mai fi atracție. Cei care au renunțat la femei şi la bani au renunțat cu adevărat la lume.

4. SEXUL ESTE ÎN IMAGINAȚIE

Sexul este distincția între bărbat şi femeie. Este o creație mentală. Este Kalpana sau imaginație. Nu există sex în cele cinci elemente din care este compus trupul. Trupul uman nu este altceva decât o combinație de cinci elemente. Cum, atunci, a apărut ideea de sex? Ideea sexuală este iluzorie. Este o şmecherie a minții. Este o jonglerie a Maya-ei. Este o noțiune. Ideea de sex este înrădăcinată adânc. Bărbatul nu poate gândi niciodată că este femeie. O femeie nu poate gândi niciodată că ea este un bărbat.

Pentru un înțelept eliberat, această lume este plină de Brahman numai. Pentru un bărbat pasionat, această lume este plină de femei. El se îndrăgosteşte de un panou din lemn dacă este înfăşurat în

halat de mătase sau o îmbrăcăminte frumoasă cu margini atractive şi un jupon. Pasiunea este un blestem teribil. Când un om este sub influența pasiunii, excitarea şi impulsul sexual sau forța sexuală distrug înțelegerea lui şi rațiunea, îi copleşesc mintea şi îl fac total neajutorat.

Un familist care a înțelesc cum trebuie magnitudinea suferințelor Samsarei încearcă să scape de viața Samsarică. În timp ce, un celibatar plin de pasiune îşi imaginează că el este foarte mizerabil din cauza absenței unei soții şi a copiilor şi încearcă să se căsătorească. Aceasta este Maya. Acesta este o şmecherie mentală. Fii atent.
Un celibatar pasionat se gândeşte tot timpul: "Când voi trăi cu o nevastă tânără?" Un familist lipsit de pasiune în care Viveka a apărut se gândeşte tot timpul: "Când mă voi elibera de strânsoarea soției şi mă voi retrage în păduri pentru contemplație asupra lui Atman?" Trebuie să te gândeşti la diferență.

Mii de tineri absolvenți şi doctori tineri vin la mine cu vase din pământ în mâinile lor, îmbrăcați în robe portocalii, în căutarea peşterilor din Uttarakashi şi Gangotri pentru meditație profundă şi practica Pranayama. Iar unii dintre sudenții tineri la ştiințe şi unii Rajakumars merg la Punjab şi Kashmir în costume de mătase cu gulere apretate şi cravate în căutarea fetelor pentru căsătorie. Există plăcere sau durere în această lume? Dacă există plăcere, de ce tinerii bărbați educați se retrag în păduri? Dacă este durere, de ce tinerii bărbați aleargă după bogăție, femei şi poziție? Misterioasă este Maya! Misterioasă este Moha! Încearcă să înțelegi ghicitoarea vieții şi ghicitoarea universului.

Frumusețea este un concept mental

Maya face ravagii prin imaginația minții. Femeia nu este frumoasă, ci imaginația este frumoasă. Zahărul nu este dulce, ci imaginația este dulce. Mâncarea nu este gustoasă, ci imaginația este gustoasă. Omul nu este slab, ci imaginația este slabă. Înțelege natura Maya-ei şi fii înțelept. Taie această imaginație a minții prin Vichara sau gândirea corectă şi odihneşte-te în Brahman unde nu este nici imaginație nici gând.

Frumusețea şi urâțenia sunt imaginații falese ale minții. Mintea însăşi este un produs fals şi iluzoriu. Concepțiile minții de asemenea trebuie să fie false. Ele sunt ca un miraj în deşert. Ce este frumos pentru tine este urât pentru altul. Frumusețea şi urâțenia sunt termeni relativi. Frumusețea este doar un concept mental. Este doar o proiecție mentală. Doar omul civilizat este cel care vorbeşte mult despre simetria formelor, trăsăturilor frumoase, înfățişare grațioasă, eleganța manierelor şi forma grațioasă. Un negru african nu are idee despre aceste lucruri. Frumusețea reală este Sinele numai.

Frumusețea stă în minte şi nu în obiecte. Mango nu e dulce; ideea de mango este dulce. Totul este Vritti. Totul este decepție mentală, concepție mentală, creație mentală, Srishti mental. Distruge Vritti; frumusețea dispare. Soțul întinde ideea lui proprie de frumusețe în soția lui urâtă şi o găseşte foarte frumoasă prin pasiune. Shakespeare avea dreptate când a exprimat asta în "Visul unei nopți de vară": "Cupidon este pictat orb. +++++++++It finds Helen's beauty in the brow of Egypt".

Indriya-surile şi mintea te păcălesc în orice moment. Ele sunt adevărații tăi inamici. Frumusețea este un produs al creației mentale. Frumusețea este un produs al imaginației. O femeie urâtă apare foarte frumoasă numai în ochii soțului ei. Unde este frumusețea, dragi prieteni, în pielea ridată a unei femei bătrâne? Unde este frumusețea când soția ta este bolnavă la pat? Unde este frumusețea când soția ta se înfurie? Unde este frumusețea în trupul mort al unei femei? Frumusețea feței este doar o reflecție. Frumusețea frumuseților nepieritoare reală - fântâna frumuseților - poate fi găsită numai în Atman. Ai ignorat substanța şi te-ai apucat de o bucată spartă de sticlă. Ce greşală majoră ai comis prin gândurile tale impure, mintea impură, Buddhi impur şi felul impur de a trăi! Ai realizat greşala? Vei deschide ochii cel puțin acum?

O soție frumoasă este foarte fermecătoare. Ea este foarte dulce când este tânără, când zâmbeşte, când poartă o rochie frumoasă, când cântă la pian sau la vioară, când dansează în sala de bal. Dar ea este oribilă când îşi pierde cumpătul, când se ceartă cu soțul pentru că nu primeşte sariuri de mătase şi bijuterii de aur, când suferă de colici abdominale acute sau o altă boală asemănătoare şi

când devine bătrână.

Pentru câțiva ani Natura înzestrează femeia cu darul frumuseții speciale, şarmului şi eleganței pentru ca ea să poată captura inimile bărbaților. Frumusețea este doar la suprafața pielii. Ea va trece curând, părul va deveni cenuşiu şi pielea se va umple curând cu riduri. Croitorul, țesătorul, creatorul de toalete şi bijutierul le fac frumoase pentru câteva secunde. Omul, în excitarea sa, infatuare şi deziluzie, uită acest lucru. Asta este Maya. Niciodată să nu ai încredere în această Maya.
Fii atent. O omule, trezeşte-te! Găseşte Frumusețea frumuseților, care este în tine, care este Sinele tău interior. O femeie! Cântă precum Mira şi contopeşte-te în Girdhar Nagar al Mirei.

Te-ai oprit vreodată şi ai considerat ce constituie baza femeilor care excită pofta în tine? O grămadă de oase, carne, sânge, urină, materii fecale, puroi, transpirație, flegmă şi alte mizerii! Voința, rațiunea şi discriminarea ți-au fost dăruite numai pentru un asemenea sfârşit lipsit de glorie? Nu ai auzit şi nu ai văzut că frumusețea fizică este doar la suprafața pielii şi la mila oricărui accident trecător, boală sau an?

Descrieri ale frumuseții femeii care induc în eroare

Poeții au exagerat frumusețea femeilor. Ei sunt persoane prost îndrumate care pun tinerii pe calea greşită. Descrieri ca "domnişoare cu ochi fermecători", "față precum luna", "obraji îmjurați şi buze ca mierea" sunt fale şi imaginare. Unde este frumusețea într-u trup mort, în femeile bătrâne şi în cele bolnave? Unde este frumusețea când o femei este înfuriată? Eşti conştient de asta şi totuşi te agăți de trupurile lor? Sunteți nişte proşti! Asta este datorită forței Maya-ei. Cât de misterioasă este puterea Maya-ei şi a Moha! Frumusețea femii este falsă, artificială şi decadentă. Frumusețea reale este nepieritoare şi eternă. Atman este sursa tuturor frumuseților. Frumusețea lui este eternă şi durabilă. Ornamentele, îmbrăcămintea de mătase cu margini capricioase, prinsul părului cu agrafe din aur, aplicarea pudrei pe fețele lor, rujul pe buze şi unguentul pe ochi sunt cele care împrumută o decorare temporară şi strălucire artificială femeii. Lipseşte-le de pudra pentru față, ornamentele

lor şi rochia țipătoare, şi cerele să poarte o pânză albă simplă fără margini. Unde este frumusețea acum? Frumusețea pielii este doar o deziluzie.

Poeții descriu în toanele lor imaginare, pasionate că miere curge de pe buzele unei femei tinere, frumoase. Aşa stau într-adevăr lucrurile? Ce vezi în realitate? Puroiul împuțit din gingii care sunt afectate de infecții groaznice, scuipatul împuțit din gât, şi saliva urât mirositoare care se scurge pe buze noaptea - numeşti toate astea miere şi nectar? Şi totuşi, bărbații pasionați, plini de pofte trupeşti şi intoxicați de sex înghit aceste secreții când sunt luați de valul excitării! Există ceva mai revoltător decât asta? Nu sunt aceşti poeți vinovați, când dau asemenea descrieri false, când au cauza mare haos şi daune tinerilor pasionați?

În spatele pielii strălucitoare este carne crudă. În spatele zâmbetelor tinerelor femei sunt încruntări şi furie. În spatele buzelor roşii stau germeni ai bolilor. În spatele amabilității şi cuvintelor blânde sunt ascunse cuvinte aspre şi abuzuri. Viața este trecătoare şi nesigură, O omule pasionat! Realizează frumusețea lui Atman în inimă. Trupul este gazdă pentru boli. Plasa afecțiunii în această lume este întărită de indulgența lungă. Ea a făcut noduri groase în jurul gâtului tău.

Fără piele, fără rochie, fără ornamente, femeia nu e nimic. Doar imaginează-ți pentru un moment că pielea ei este dată la o parte. Va trebui să stai lângă ea cu un băț lung să alungi ciorile şi vulturii. Frumusețea fizică este superficială, iluzorie şi trecătoare. Este doar la suprafața pielii. Nu fi înşelat de aparețele externe. Este jongleria Maya-ei. Mergi la sursă, Atman, frumusețea frumuseților, frumusețea eternă.

Pasiunea orbeşte intelectul

Plăcerea sexuală este o iluzie. Ea este Bhranti Sukha. Nu este frumusețe reală deloc. Ea este doar o gâdilare de nervi. Toate plăcerile lumeşti apar ca nectar la început. Ele devin otravă în final. Reflectează bine, O Saumya, fiul meu iubit! Nu te lăsa dus în eroare de impulsuri şi pasiune. Nimeini nu a beneficiat în această lume prin Maya. Oamenii plâng în final. Întreabă orice familist

matur dacă el găseşte vreo iotă de fericire în această lume.

Musca zboară către foc sau lampă gândind că este o floare şi este arsă. Tot aşa, bărbatul pătimaş aleargă către o frumusețe falsă gândind că el poate obține acolo fericire reală şi este ars în focul poftei trupeşti.
Tot aşa cum viermele de mătase se încurcă singur în coconul pe care îl țese singur, tot aşa, şi tu te-i înlânțuit singur în năvodul propriilor tale dorințe. Taie plasa cu cuțitul lipsei de patimă şi ridică-te sus în tărâmul păcii eterne pe aripile devoțiunii şi cunoaşterii.

Un bărbat pătimaş este un adevărat bărbat orb. Deşi el poate fi un om intelectual, el devine orb când este sub influența excitării sexuale. Intelectul lui se dovedeşte a fi fără folos când sufere de acest fel de orbire. Vrednici de milă sunt aceştia! Satsanga, rugăciunea, Japa, cercetarea şi meditația vor eradica această boală groaznică şi îl vor binecuvânta cu ochiul înțelepciunii.
Nu există sex în elemente. Există mintea din trup, care este făcut din aceste elemente. Există kalpana în minte. Şi acea Kalpana sau dorință pentru poftă trupească este dorința sexuală. Dacă omori această minte, care este o grămadă de dorințe, vei omorâ pofta şi restul. Omoară această Kalpana. Nu vei mai avea poftă truprească atunci. Vei fi omorât pofta trupească.

Ideea sexuală este o creație mentală. Întreaga Maya sau Avidya nu este altceva decât ideea de trup sau ideea de sex. Întreaga Sadhana spirituală este calculată să distrugă această singură idee. Dispariția acestei idei singure este Moksha!

5. EFECTELE DEZASTRUOASE ALE INDULGENȚEI SEXUALE

Cea mai devitalizatoare şi demoralizatoare placere este plăcerea sexuală. Bucuria senzuală este însoțită de defecte variate. Este însoțită de diferite tipuri de păcatele, dureri, slăbiciuni, ataşamente, mentalitatea de sclav, voință slabă, efort sever şi luptă, dorință şi agitație mentală. Persoanele lumeşti niciodacă nu îşi vin în simțiri deşi primesc lovituri severe, împingeri şi lovituri din diferite colțuri. Câinele vagabond de pe stradă nu încetează să viziteze case deşi este lovit cu pietre de

fiecare dată.

Doctori eminenți din Vest spun că diverse tipuri de boli apar din pierderea spermei, în special la vârstă tânără. Apar fierberi în trup, acee sau erupții pe față, linii albastre în jurul ochilor, absența bărbii, ochi cufundați, față palidă cu anemie, pierderea memoriei, pierderea vederii, miopie, descărcarea spermei odată cu urina, mărirea testiculelor, durere în testicule, debilitate, amețeală, lene, depresie, palpitații ale inimii, dificultăți în respirație, tuberculoză, dureri la spate, şale, cap şi articulații, rinichi slabi, urinatul în somn, minte nestatornică, lipsa puterii de gândire, vise rele, vise ude şi nestatornicia minții.

Observă cu atenție efectele rele ce urmează pierderii energiei seminale! Persoanele sunt debilitate fizic, mental şi moral de eliminarea puterii seminale cu aşa multe ocazii pentru nimic. Trupul şi mintea refuză să lucreze energetic. Există letargie fizică şi mentală. Experimentezi slăbiciune şi multă isovire. Va trebui să recurgi la băutul de lapte, mâncatul fructelor şi confecțiilor afrodisiace, pentru a compensa pierderea de energie. Ține minte că aceste lucruri nu pot niciodată, niciodată să repare pierderea complet. Odată pierdută este pierdută pentru totdeauna. Va trebui să duci o existență mohorâtă şi vără bucurii. Puterea trupească şi mentală este diminuată zilnic.

Cei ce au pierdut multă din Veerya lor devin foarte iritabili. Lucruri mărunte le deranjează minții le. Cei ce nu au păstrat jurământul celibatului devin sclavi ai furiei, geloziei, lenii şi fricii. Dacă nu ai simțurile sub control, te aventurezi să faci lucruri prosteşti pe care nici copii nu îndrăznesc să le facă.
Cel ce şi-a cheltuit energia vitală devine uşor iritabil, îşi pierde balansul minții şi intră într-o stare de furie explozivă pentru fleacuri. Când un om devine furios, el se comportă nepotrivit. El nu ştie exact ce face pentru că îşi pierde puterea de rațiune şi discriminare. El va face ce îi va place. El îşi va insulta chiar şi părinții, Guru şi persoanele respectabile. Se cuvine, aşadar, ca aspirantul care încearcă să dezvolte comportament bun trebuie să-şi păstreze energia vitală. Păstrarea acestei energii divine conduce la atingerea unei voințe puternice, comportament bun, exaltare spirituală, şi Sreyas sau Moksha în final.

Actele sexuale excesive secătuiesc enorm energia. Tinerii bărbați nu realizează valoarea fluidului vital. Ei cheltuie această energie dinamică prin copulație lipsită de moderație. Nervii lor sunt gâdilați mult. Ei devin intoxicați. Ce greşală serioasă comit! Este o crimă care cere pedeapsa capitală. Ei sunt ucigaşi ai lui Atman. Când această energie este odată cheltuită, ea nu poate fi recuperată niciodată prin nici un alt mijloc. Este cea mai puternică energie din lume. Un act sexual distruge complet creierul şi sistemul nervos. Oamenii îşi imaginează prosteşte că ei pot recupera energia pierdută consumând lapte, migdale şi Makadadhvaja. Aceasta este o greşală. Trebuie să faci tot ce îți stă în puteri pentru a păstra fiecare picătură chiar dacă eşti un om căsătorit. Realizarea de Sine este ținta.

Energia care este cheltuită în timpul unui act sexual este echivalentă cu energia care este cheltuită în muncă fizică timp de zece zile sau cu energia care este utilizată în lucrare mentală timp de trei zile. Observă cât de prețios este fluidul vital, sperma! Nu cheltui această energie. Păstreaz-o cu mare atenție. Vei avea o vitalitate minunată. Când Veerya nu este folosită, ea este transmutată în Ojas Sakti sau energie spirituală şi stocată în creier. Doctorii vestici ştiu puțin despre aceste lucru remarcabil. Majoritatea durerilor tale se datorează chelturii excesive de energie seminală.

Visele ude şi copulatul voluntar - O diferență vitală

Un act sexual distruge sistemul nervos. Întregul sistem nervos este scuturat sau agitat în timpul actului. Există o pierdere excesivă de energie. Mai multă energie este cheltuită în timpul coitusului. Da nu este aşa când emisia apare în timpul visului. Într-un vis ud, poate fi scurgerea de lichid prostatic doar. Chiar dacă există pierderea fluidului vital, nu există multă istovire. Estența actuală nu iese afară în timpul viselor ude. Este doar lichid prostatic apos cu puțină spermă care este descărcat în timpul poluției nocturne. Când emisiunea nocturnă are loc, mintea care lucra în corpul astral interior intră dintr-o dată în trupul fizic vehement şi într-o condiție agitată. Acesta este motivul pentru care emisiunile au loc brusc.

Descărcarea nocturnă poate că nu stimulează dorința sexuală. Dar o copulație voluntară, în cazul unui aspirant sincer este foarte detrimentală pentru progresul lui spiritual. Samskara creată de act va fi foarte adâncă; şi va intensifica sau întări forța precedentelor Samskara care sunt deja inserate în mintea subconştientă şi va stimula dorința sexuală. Va fi ca turnatul de ghee într-un foc ce începe să se stingă. Sarcina de a şterge această nouă Samskara va fi o treabă grea. Ar trebui să renunți complet la copulație. Această minte va încerca să te păcălească într-o varietate de feluri dându-ți sfaturi greşite. Fii alert. Nu îi asculta vocea, ci încearcă să asculți vocea conştiinței sau vocea sufletului sau vocea discriminării.

Tineri cu fețe palide

O mulțime de energie este cheltuită în timpul copulației. Memorie proastă, îmbărânire prematură, impotență, diferite feluri de boli ale ochilor şi diferite boli nervoase pot fi atribuite pierderii grele de fluid vital. Este foarte şocant într-adevăr să vezi mulți tineri mergând cu paşi nesiguri, cu fețe palide şi trase datorită pierderii fluidului vital, în loc să sară încoace şi încolo cu paşi ageri, vioi cu vigoare şi vitalitate ca o veveriță. Unii oameni sunt aşa de pătimaşi şi slabi că numai gândul sau vederea sau atingerea unei femei cauzează descărcarea spermei. Sunt vrednici de milă!

Ce vedem în zilele noastre? Băieți şi fete, bărbați şi femei, sunt înecați în oceanul gândurilor impure, dorințelor carnale şi micilor plăceri senzuale. Este foarte deplorabil întradevăr. Este cu adevărat şocant să auzi poveştile unora dintre aceşti băieți. Mulți băieți de la colegiu au venit personal la mine şi mi-au povestit viețile lor posomorâte şi deprimate vrednice de milă condiții aduse de pierderea masivă de spermă rezultată prin mijloace nenaturale. Puterea lor de discriminare a fost pierdută datorită excitării sexuale şi intoxicării cu pofte trupeşti. De ce îți pierzi această energie care este câştigată în multe săptămâni şi luni de dragul unei mici şi momentane plăceri senzuale?

6. VALOAREA SPERMEI

Dragii mei frati! Energia vitală, Veerya care îți susține viața, care este Prana Pranelor, care strălucește în ochii tăi, care radiază din obraji, este o mare comoară pentru tine. Ține minte acest lucru. Veerya este quintesența sângelui. O picătură de spermă este fabricată din patruzeci de picături de sânge. Fii antent cât de valoros este acest fluid!

Un copac îşi extrage estența sau Rasa din pământ. Această esență este circulată prin copac, rămurele, ramuri, frunze, flori şi fructe. Culorile strălucitoare şi viața din frunze, flori şi fucte sunt datorate acestei Rasa. Similar, Veerya care este fabricată de celulele testiculelor din sânge dă culoare şi vitalitate trupului uman şi diferitelor lui organe.

Potrivit Ayurveda, sperma este ultimul Dhatu care este format din mâncare. Din mâncare este fabricat chilul. Din chil vine sângele. Din sânge vine carnea. Din carne apare grăsimea. Din grăsime apar oasele. Din oase apare măduva. Din măduvă apare sperma. Acestea sunt cele Sapta Dhatus sau şapte Dhatus care susțin această viață şi trup. Fii atent cât de prețioasă este sperma! Ea este ultima estență. Ea este Esența esențelor. Veerya apare chiar din măduva care stă ascunsă în interiorul oaselor.

Există trei diviziuni ale fiecarui Dhatu. Sperma hrăneşte trupul fizic, inima şi intelectul. Numai bărbatul care foloseşte trupul fizic, inima şi intelectul poate avea Brahmacharya perfectă. Un luptător care foloseşte doar trupul fizic, dar rămâne cu intelectul şi inima nedezvoltate, nu se poate aştepta să aibă Brahmacharya completă. El poate avea doar Brahmacharya trupului, dar nu şi a minții şi a inimii. Sperma care aparține inimii şi minții cu siguranță va curge afară. Dacă un aspirant face doar Japa şi meditație, dar nu dezvoltă inima, şi dacă el nu practică exerciții fizice, el va avea doar Brahmacharya mentală. Partea de spermă, care merge să hrănească inima şi trupul, va curge afară. Dar un yoghin avansat care se cufundă adânc în meditație va avea Brahmacharya completă chiar dacă el nu practică exerciții fizice.

Sperma este quintesența din hrană sau sânge. O picătură de spermă este fabricată din patruzeci de picături de sânge conform științei medicale moderne. Conform Ayurveda ea este elaborată din optzeci de picături de sânge. Cele două testicule sau semințe care sunt localizate în scrot se numesc glande de secreție. Celulele acestor testicule au fost înzestrate cu proprietatea particulară de a secreta sepermă din sânge. La fel cum albina colectează miere în fagure picătură cu picătură, tot așa, celulele testiculelor colectează sperma picătură cu picătură. Apoi fluidul este dus prin două tuburi în veziculele seminale. Din cauza excitării, este aruncată în afară prin canale speciale, numite canale de ejaculare, în uretră unde este amestecată cu lichid prostatic.

Sperma se găseşte în stare subtilă în toate celulele trupului. La fel cum zahărul este infiltrat peste tot în sfecla de zahăr, untul în lapte, tot așa sperma este infiltrată în întregul trup. La fel cum laptele este subțiat după ce este scos untul, tot așa, sperma este subțiată prin pierdere. Cu cât pierderea spermei este mai mare cu atât este mai mare slăbiciunea. În Yoga Sastras se spune:
Maranam Bindu Patanat,
Jivanam Bindu Rakshanat.

Pierderea spermei aduce moartea; păstrarea spermei dă viață. Sperma este vitalitatea reală în bărbați. Este comoara ascunsă în bărbat. Ea oferă Brahma-Tejas feței și putere intelectului.

Opinia medicală modernă

Medici europeni eminenți susțin declarația Yoghinilor din India. Dr. Nicole spune: "Este un fapt medical şi psihologic că cel mai bun sânge în trup merge să formeze elementele de reproducere în ambele sexe. În viață pură şi ordonată, această materie este reabsorbită. Merge înapoi în circulație gata să formeze cel mai fin creiere, nervi şi țesuturi musculare. Acest fluid vital luat înapoi şi difuzat prin sistemul lui îl face bărbat, puternic, curajos şi eroic. Dacă este irosită, îl lasă efeminat, slab şi debilitat fizic şi înclinat către iritare sexuală şi funcționare dezordonată, un sistem nervos nenorocit, epilepsie şi diverse alte boli şi moarte. Supspendarea folosirii organului generativ este însoțită cu o creştere notabilă a vigorii trupeşti şi mentale şi spirituale."

Dacă secreţiile spermatice în bărbat sunt continue, trebuie să fie eliminate sau vor fi reabsorbite. Ca rezultat al celor mai detaliate şi perseverente investigaţii ştiinţifice, s-a descoperit că de fiecare dată când secreţiile seminale sunt conservate şi prin urmare reabsorbite în sistem, merg către îmbogăţirea sângelui şi întărirea creierului. Dr. Dio Louis gângeşte că conservarea acestui element este esenţială pentru puterea trupului, vigorii minţii şi ascuţimii intelectului. Un alt scriitor, Dr. E.P. Miller spune: "Toate irosirile secreţiilor spermatice, indiferent dacă sunt voluntare sau involuntare, sunt o irosire directă a forţei vieţii. Este aproape universal acceptat că cele mai alese elemente ale sângelui intră în compoziţia secreţiilor spermatice. Dacă aceste concluzii sunt corecte, atunci rezultă că o viaţă castă este esenţială pentru bunăstarea fiinţei umane."

Mintea, Prana şi Veerya

Mintea, Prana şi Veerya sunt trei zale ale unui lanţ. Ele sunt cei trei piloni ai edificiului Jivatma. Distruge un pilon - mintea, Prana şi Veerya - şi toată clădirea va cădea în bucăţi.
Mintea, Prana şi Veerya sunt una. Controlând mintea, poţi controla Prana şi sperma. Controlând Prana poţi controla mintea şi sperma. Controlând sperma, poţi controla mintea şi Prana.
Mintea, Prana şi Veerya sunt sub o singură Sambandha sau conexiune sau circuit. Dacă mintea este controlată, Prana şi Veerya sunt controlate automat. Cel ce suspendă sau restrânge Prana restrânge de asemenea lucrarea minţii şi mişcarea Veerya. Din nou, dacă Veerya este controlată, şi dacă este făcută să curgă în sus către creier de gânduri pure şi de practica Viparita Karani Mudra precum Sarvangasana şi Sirshasana şi Pranayama, mintea şi Prana sunt automat controlate.

Mintea este pusă în mişcare sau activată de două lucruri - vibraţia Pranei şi Vasanas sau dorinţele subtile. Unde mintea este absorbită, acolo Prana este restrânsă; şi unde Prana este fixată, acolo mintea este de asemeni absorbită. Mintea şi Prana sunt companioni intimi, precum un om şi umbra lui. Dacă mintea şi Prana nu sunt restrânse, toate organele de simţ şi acţiune sunt păstrate activ în acţiunea funcţiilor lor respective.

Când un om este excitat de pasiune, Prana este pusă în mişcare. Atunci întregul trup se supune

dictaturii minții la fel cum un soldat se supune comenzilor comandantului său. Aerul vital sau Prana mişcă seva interioară sau sperma. Sperma este pusă în mişcare. Ea cade jos, la fel cum norii izbucnesc în apă de ploaie, la fel cum fructele, florile şi frunzele copacilor cad jos datorită forței vânturilor care bat.
Dacă Veerya este pierdută, Prana devine instabilă. Prana este agitată. Omul devine nervos. Atunci mintea de asemenea nu poate lucra corespunzător. Omul devine instabil mental. Există slăbiciune mentală.

Dacă Prana este stabilizată, mintea de asemenea devine stabilă. Dacă Veerya este stabilă, mintea este de asemenea stabilă. Dacă Veerya este stabilă, mintea este de asemenea stabilă. Dacă Drishti sau viziunea este stabilă, mintea de asemeni devine stabilă. Aşadar, controlează Prana, Veerya şi Drishti. Dumnezeu este Rasa. Raso Vai Sah. Rasa este Veerya, fluidul vital sau sperma. Poți dobândi fericirea eternă prin dobândirea Rasa sau a Veerya numai. Rasohyevayam Labdhva Anandi Bhavati.

Pătrunde în totalitate importanța şi valoarea acestei esențe vitale a vieții. Veerya este toată puterea. Veerya este toți banii. Veerya este Dumnezeu. Veerya este Sita. Veerya este Radha. Veerya este Durga. Veerya este Dumnezeu în mişcare. Veerya este Voință dinamică. Veerya este Atma-Bal. Veerya este Vibhuti al lui Dumnezeu. Domnul spune în Gita: "Paurusham Nrishu. Eu sunt sămânța sau virilitatea în bărbați." Veerya este esența vieții, gândului, inteligenței şi conştiinței. Aşadar, păstrează acest fluid vital foarte, foarte atent, dragul meu cititor!

SECȚIUNEA II. GLORIA BRAHMACHARIEI

7. SENSUL BRAHMACHARIEI

Brahmacharya literar înseamnă Achara sau conduită care conduce la realizarea lui Brahman sau a Sinelui unei persoane. Ea înseamnă controlul spermei, studiul Vedelor şi contemplării asupra lui Dumnezeu. Sensul tehnic al Brahmacharya este înfrânare de sine, în particular stăpânirea perfectă a controlului în ceea ce priveşte organul sexual sau libertatea de pofte trupeşti în gând, cuvânt şi

faptă. Abstinența strictă nu este doar față de contactele sexuale, ci de asemenea față de manifestările auto-erotice, față de acte homosexuale şi față de toate practicile sexuale perverse. Mai mult ea presupune o abstinență permanentă față de indulgența în imaginație erotică şi reverie voluptoasă. Toate felurile de anomalii sexuale şi obiceiuri rele de tot felul precum masturbarea şi sodomia trebuie eradicate complet. Ele aduc o prăbuşire totală a sistemului nervos şi o mizerie imensă.

Brahmacharya este puritate în gând, cuvânt şi faptă. Ea este celibatul şi continența. Brahmacharya este jurământul celibatului. Termenul 'celibat' vine de la latinescu 'caelebs', ce înseamnă necăsătorit sau singu, şi semnifică starea de a trăi necăsătorit. Dar Brahmacharya nu este o simplă burlăcie. Ea include controlul, nu doar al sexului sau Indriya de reproducere, ci de asemenea toate celelelate Indriya în gând, cuvânt şi faptă. Aceasta este definiția Brahmacharya într-un sens larg al cuvântului. Uşa către Nirvana sau perfecțiune este Brahmacharya completă. Celibatul complet este cheia principală care deschide uşă către tărâmurile de fericiere paradisiacă. Drumul către sălaşul păcii supreme începe de la Brahmacharya sau puritate.

Brahmacharya este libertate absolută de dorințe sexuale şi gânduri. Un adevărat Brahmachari nu va simți nici o diferență în atingerea unei femei, a unei bucăți de hârtie sau a unui lemn.
Brahmacharya este destinată pentru bărbați şi femei. Bhishma, Hanuman, Lakshman, Mira Bai, Sulabha şi Gargi erau toți stabiliți în Brahmacharya.
Simplul control al pasiunii animale nu va constitui Brahmacharya. Aceasta este Brahmacharya incompletă. Trebuie să controlezi toate organele - urechile care vor să audă poveşti despre plăceri trupeşti, ochiul care doreşte să vadă obiecte care excită pasiunea, limba care vrea să guste lucruri excitante şi pielea care vrea să atingă obiecte excitante.

Să te uiți poftind este adulterul ochilor; sau auzi orice care excită pasiunea este adulterul urechilor; să vorbeşti orice care excită pasiunea este adulterul limbii.

Cele opt căderi în Brahmacharya

Trebuie să eviți cu atenție cele opt tipuri de satisfacții, şi anume, Darshan sau privitul femeilor cu o dorință pasionată, Sparshan sau atingerea lor, Keli sau jocul, Kirtan sau lăudarea calităților celuilalt sex, Guhya-Bhasan sau vorbitul în particular, Sankalpa sau determinarea, Adhyavasaya sau apropierea de sexul opus cu dorința pentru gratificare şi Kriyanivritti sau actul sexual în sine. Aceste opt tipuri de satisfacții sunt opt tipuri de căderi, cum s-ar spune, în practica curentă a lui Akhanda Brahmacharya. Trebuie să eviți aceste opt întreruperi cu mare atenție, străduință sinceră şi circumspecție vigilentă. Numai cel care este liber de toate acest căderi poate fi un adevărat Brahmachari. Un adevărat Brahmachari ar trebui să evite fără milă toate acete opt căderi.

Un Brahmachari ar trebui să evite privitul unei femei cu ochi care poftesc. El nu ar trebui să aibă dorința de a o atinge sau de a merge lângă ea cu intenții rele. El nu ar trebui să se joace, să facă glume sau să discute cu ea. El nu ar trebui să laude calitățile femeii în sine însuşi sau în fața prietenilor lui.
El nu ar trebui să vorbească cu o femeie în secret. El nu ar trebui să se gândească la femei deloc. El nu ar trebui să aibă dorință carnală pentru satisfacții sexuale. Un Brahmachari, ar trebui, fără să eşueze, să evite contactul sexual. Dacă el cade în privința uneia din redulile de mai sus, el violează jurământul Brahmacharya.

Deşi primele şapte tipuri de Maithuna nu cauzează pierderea efectivă de spermă, totuşi sperma este separată de sânge şi încearcă să scape când apare oportunitatea, fie în vise sau în alte feluri. În primele şapte tipuri, bărbatul are satisfacții mentale.
Aspiranții nu ar trebui să vorbească despre sex. Ei nu ar trebui să se gândească la femei. Adu imaginea lui Ishta Devata în mintea ta dacă gândul la femei apare. Repetă Mantra viguros. Privitul lasciv, gânditul la pofte tupeşti, visele ude sunt tote căderi în Brahmacharya. Fii cast în privire. Renunță la Drishti Dosha sau privirea lascivă. O privire lascivă este ea însăşi o cădere în Brahmacharya. Există descărcare internă. Veerya este separată de sistem.
Priveşte toate femeile ca fiind Mama Kali. Cultivă gânduri sublime, divine. Fă Japa şi meditează

regulat. Vei fi stabilit în Brahmacharya.

Brahmacharya fizică şi Brahmacharya mentală

Brahmacharya mentală este mai importantă. Poți avea succes în Brahmacharya fizică, dar trebuie să ai succes şi în Brahmacharya mentală. Starea minții în care nici un gând sexual intră în minte este numită Brahmacharya mentală. Dacă gândurile sunt impure, impulsul sexual va fi foarte puternic. Brahmacharya depinde de regularea întregului curs al vieții.
Când nu poți controla gândurile pătimaşe, cel puțin controlează trupul fizic. Brahmacharya fizică trebuie practicată strict la început. Controlează trupul când impulsurile sexuale te necăjesc. Puritatea mentală sau Brahmacharya mentală se va manifesta gradat.

Cu siguranță este mai bine să controlezi Karma Indriyas-urile cel puțin decât să cedezi în fața plăcerilor senzuale. Gradat gândurile vor fi purificate dacă persişti în Japa şi meditație. În final va exista şi controlul direct al minții.
Un act sexual, un contact sexual, reânvie toate ideile rele şi le dă o nouă forță. Aşadar, trupul ar trebui controlat la început. Brahmacharya fizică trebuie menținută la început. Atunci doar vei dobândi puritate mentală şi Brahmacharya mentală.

Poți fi în stare să opreşti copulația pentru luni şi ani, dar nu ar trebui să existe nici o dorință sexuală sau atracție pentru femei. Gândurile rele de asemenea nu ar trebui să apară când priveşti o femeie, când eşti în compania femeilor. Dacă ai succes în această direcție, atunci eşti stabilit în Brahmacharya perfectă. Ai trecut de zona de pericol.
Gândul este acțiunea reală. O dorință rea este echivalentă cu adulterul. Dorința este mai mult decât actul. Dar, există o mare diferență între a împuşca cu adevărat un om şi gândul de a împuşca un om, între copulația actuală şi gândul de a avea contact sexual cu o femeie. Din punct de vedere filosofic, gândul de a împuşca un om sau gândul de a întreține relații sexuale este actul real.

Chiar dacă există un singur gând sexual impur în minte, cu greu te poți aştepta să ai Brahmacharya

mentală strictă. Nu poți fi numit Oordhvaretas sau cel în care energia seminală curge în sus către creier pentru a fi stocată ca Ojas Sakti. Există o tendință pentru spermă de a curge în jos chiar dacă există un singur gând sexual impur.
Starea de Brahmacharya mentală trebuie menținută chiar în mijlocul tentațiilor şi bolii. Doar atunci eşti în siguranță. Simțurile încep să se revotle în timpuri de boală şi de asemenea când vii în contact cu obiecte ale simțurilor.

Dacă gânduri de natură pătimaşă se manifestă în mintea ta, este datorită pasiunii ascunse. Mintea vicleană şi diplomată caută gratificarea tăcută privind o femeie şi vorbind cu ea. Maithunam mentală are loc secret sau inconştient. Forța care te trage este pasiunea ascunsă. Energia sexuală nu a fost sublimată complet. Corpul vital sau Pranamaya Kosa nu a fost regenerat şi purificat perfect. Acesta este motivul pentru care gândurile impure intră în mintea ta. Fă mai multă Japa şi meditație. Fă serviciu lipsit de egoism într-o formă oarecare pentru societate. Vei atinge curând puritatea.

Învață să-ți cureți mintea cu valul purității sau celibatului, cu săpunul dragostei divine. Cum te poți aştepta să devii pur interior doar spălând trupul cu săpun şi apă? Puritatea interioară este mai importantă decât puritatea exterioară.
Viața continuă de Brahmacharya. În asta stă progresul tău spiritual şi realizarea. Nu da acestui duşman nenorocit o nouă forță de viață prin repetarea actului păcătos. Păstrează mintea ocupată în întregime. Zăbovitul intens asupra obiectelor simțurilor face mai mult rău vieții spirituale interioare decât gratificarea simțurilor reală. Dacă mintea nu este purificată prin Sadhana, simpla umilire a simțurilor externe nu va produce efectul dorit. Deşi simțurile externe sunt umilite, contrapărțile lor interioare, care sunt încă energetice şi viguroase, se vor răzbuna pe minte şi vor produce necazuri mentale intense şi imaginație sălbatică.

Mintea este cea care face cu adevărat toate acțiunile. O dorință apare în mintea ta şi atunci gândeşti. Apoi începi să acționezi. Determinarea minții este pusă în acțiune. Mai întâi este Sankalpa sau gândul şi apoi vine acțiunea. Aşadar, nu permite gândurilor sexuale să intre în minte. Nici un spațiu nu este gol vreodată. Aceasta este legea naturii. Dacă un lucru este luat dintr-un loc

imediat un altul vine în locul lui. Aceiaşi lege se aplică şi în cazul lumii mentale. Aşadar, este necesar să întreții gânduri divine sublime pentru a înlocui gândurile rele. După cum gândeşti, aşa devii. Aceasta este legea psihologică imutabilă. Mintea vicioasă este gradat divinizată prin întreținerea gândurilor divine.

O plângere obişnuită

Există întotdeauna o plângere printre bărbați că ei nu obțin succes în Brahmacharya în ciuda eforturilor lor constante şi practicilor sincere. Ei se alarmează inutil şi se descurajează degeaba. Este o greşală. Există o înregistrare termometrică în tărâmul spiritual de asemenea. Ea este foarte subtilă. Termometrul spiritual înregistrează sau indică progresele în puritatea mentală chiar în cel mai mic grad. Vrei un Visuddha Buddhi sau intelect pur pentru a înțelege gradul de puritate. Sadhana intensă, Vairagya arzătoare şi Mumukshutva arzătoare sau dorința de eliberare aduc cel mai înalt grad de puritate repede.

Chiar dacă cineva repetă Gayatri sau Pranava pentru doar o jumătate de oră, termometrul spiritual înregistrează imediat un mic grad ce Brahmacharya sau puritate. Tu nu eşti capabil să îți dai seama de asta din cauza Malina Buddhi sau intelectului impur. Fă Sadhana regulat timp de unul sau doi ani şi apoi compară starea mentală cu cea din anul precedent. Vei găsi cu siguranță o schimbare vastă. Vei experimenta şi vei simți mai mult calm, mai multă puritate, mai multă forță morală interioară sau putere. Nu există nici un dubiu în privința asta. Deoarece vechile Samskara vicioase sunt foarte puternice, este necesară o perioadă de timp pentru purificare. Nu trebuie să te descurajezi. Nil disperandum. Nu dispera niciodată. Trebuie să lupți împotriva Samskaras-urilor lui Anadi Kala sau timpului fără început. Aşadar, un efort mare este necesar.

8. GLORIA BRAHMACHARYEI

Nu poate exista nici o limbă fără vocale. Nu poți desena o pictură fără pânză sau perete. Nu poți scrie nimic fără hârtie. Tot așa, nu poți avea sănătate și viață spirituală fără Brahmacharya. Brahmacharya aduce progres material și avansare psihică. Ea este baza moralității. Ea este baza vieții eterne. Ea este floare de primăvară care emană imortalitatea din petale. Ea este substratul pentru o viață de pace în Atman. Ea este suportul ferm pentru Brahma-Nishtha, care este dorit cu ardoare de înțelepți, aspiranți și studenți Yoghini. Ea este scutul pentru a duce război împotriva Asuras-urilor interne - pofta, mânia și lăcomia. Ea servește drept poartă către fericirea de dincolo. Ea deschide ușa către Moksha. Ea contribuie la bucurie durabilă, la fericire neântreruptă și nepieritoare. Chiar și Rishi, Deva, Gandharva și Kinnaras servesc la picioarele unui adevărat Brahmachari. Chiar Isvara își pleacă frunte în țărână la picioarele unui celibatar autentic. Brahmacharya este singura cheie pentru a deschide Sushumna și a trezi Kundalini.

Ea aduce glorie, faimă, virtute și Mana-Pratishtha. Cele opt Siddhi și cele nouă Riddhi se rostogolesc la picioarele unui celibatar autentic. Ele sunt gata pentru a se supune comenzii lui. Domnul Morții fuge de el. Cine poate descrie mărinimia, maiestatea și gloria unui adevărat Brahmachari!

Brahmacharyena Tapasa Deva Mrityumupagnata. Vedele declară că prin Brahmacharya şi penitență Devas au cucerit moartea. cum a devenit Hanuman un Mahavir? Cu această armă a Brahmacharya el a dobândit putere de neânvins şi valoare. Marele Bhishma, bunicul lui Pandavas şi Kauravas, a cucerit moartea prin Brahmacharya. Numai Lakshman, Brahmachari-ul ideal, a fost cel care l-a răpus pe Meghanada, omul puterilor inestimabile, cuceritorul celor trei lumi, fiul lui Ravana. Chiar Domnul Rama nu a putut să-i facă față. Prin forța Brahmacharya Lakshman a putut să-l învingă pe invincibilul Meghanada. Valoarea şi măreția împăratului Prithviraj s-a datorat puterii Brahmacharya. Nu există nimic în cele trei lumi care să nu poată fi atins de un Brahmachari. Rishis din trecut ştiau bine valoarea Brahmacharya şi acesta este motivul pentru care ei au cântat versuri frumoase despre gloria Brahmacharya.

La fel cum uleiul vine în fitil şi arde cu lumină strălucitoare, tot aşa, Veerya sau sperma curge în sus prin practica Sadhana Yoga şi este convertită în Tejas sau Ojas. Brahmachari-ul străluceşte cu aură Brahmică pe față. Brahmacharya este lumina strălucitoare care străluceşte în casa trupului omenesc. Ea este floare înflorită a vieții în jurul căreia albinele puterii, răbdării, cunoaşterii, purității şi Dhriti roiesc încoace şi încolo. Cu alte cuvine, cel ce păstrează Brahmacharya va fi înzestrat cu toate calitățile de mai sus. Scripturile declară vehement:
"Ayustejo Balam Veeryam Prajna Sreescha Yashastatha
Punyamcha Sat-Priyatvamcha Vardhate Brahmacharyaya"
Prin practica Brahmacharya, logevitatea, gloria, puterea, vigoarea, cunoaşterea, bogăția, faima nemuritoare, virtuțile şi devoțiunea către adevăr sporesc.

Secretul sănătății şi longevității

Aerul pur, apa pură, mâncarea întreagă, exercițiile fizice, jocurile în aer liber, mersul cu paşi sprinteni, vâslitul, înotul, jocurile uşoare precum tenisul - toate contribuie la menținerea sănătății bune, puterii şi unui standard înalt de vitalitate. Sunt întradevăr multe căi pentru a câştiga sănătate şi putere. Aceste căi sunt fără îndoială necesități indispensabile. Dar, Brahmacharya este cea mai importantă dintre toate. Fără Brahmacharya, toate exercițiile tale sunt zero. Ea este cheia principală pentru a deschide tărâmurile sănătății şi fericirii. Ea este piatra de colț a edificiului beatitudinii şi fericirii pure. Ea este singurul specific care păstrează adevărata bărbăție.

Păstrarea spermei este secretul sănătății şi longevității, şi a tuturor succeselor în planurile fizice, mentale, intelectuale şi spirituale. Cel ce are chiar şi un pic de Brahmacharya va trece peste criza oricărei boli cu uşurință. Dacă este necesară o lună pentru un om obişnuit să se recupereze, acest bărbat va fi sănătos într-o săptămână.
Strutis-urile declară viața întreagă a omului ca fiind o sută de ani. Aceasta o poți atinge numai prin stabilirea în Brahmacharya. Sunt cazuri de oameni care au atins longevitate şi puteri intelectuale în ciuda căilor lor neglijente, imorale. Dar ei ar fi fost şi mai puternici şi brilianți dacă ar fi posedat un caracter bun şi continență de asemenea.

După ce Dhanvantari şi-a învăţat discipolii toate detaliile despre Ayurveda, ai au întrebat despre nota cheie a acestei ştiinţe medicale. Maestrul a răspuns, "Vă spun că Brahmacharya este cu adevărat o bijuterie preţioasă. Ea este una dintre cele mai eficiente medicamente - nectar întradevăr - care distruge boala, putreziciunea şi moartea. Pentru a dobândi pace, memorie, cunoaştere, sănătate şi realizare de Sine, o persoană ar trebuie să păstreze Brahmacharya, care este cea mai înaltă Dharma. Brahmacharya este cea mai înaltă cunoaştere; Brahmacharya este cea mai înaltă putere. De natura Brahmacharyei cu adevărat este acest Atman şi în Brahmacharya El rezidă. Salutând Brahmacharya mai întâi, cazurile imposibil de vindecat, le vindec. Aye, Brahmacharya poate anula toate semnele nefavorabile."

Practica Brahmacharya oferă sănatate bună, forţă interioară, pace minţii şi viaţă lungă. Ea învigorează mintea şi nervii. Ea ajută la conservarea energiei fizice şi mentale. Ea ameliorează memoria, forţa voinţei şi puterea creierului. Ea înzestrează cu putere uluitoare, vigoare şi vitalitate. Puterea şi curajul sunt obţinute.
Ochiul este fereastra minţii. Dacă mintea este pură şi calmă, ochiul de asemenea este calm şi liniştit. Cel ce este stabilit în Brahmacharya va avea ochi strălucitori, o voce dulce şi un aspect frumos.

Celibatul promovează concentrarea

Prin stabilitatea continenţei, vigoarea este obţinută. Yoghinul obţine Siddhi sau perfecţiune atingând Brahmacharya mentală şi fizică perfectă. Brahmacharya îl ajută să câştige cunoaştere divină şi alte Siddhi. Când există puritate, razele minţii nu sunt disipate. Concentrarea minţii devine uşoară. Concentrarea şi puritatea merg împreună. Deşi un înţelept spune doar câteva cuvinte, o impresie profundă este produsă în minţile ascultătorilor. Aceasta se datorează lui Ojas Sakti, care este conservată prin păstrarea spermei şi transmutării ei.

Un adevărat Brahmachari în gând, cuvânt şi faptă are o putere a gândului minunată. El poate muta lumea. Dacă dezvolţi celibatul strict, Vichara Sakti şi Dharana Sakti se vor dezvolta. Vichara Sakti

este puterea de introspecție. Dharana Sakti este puterea de a înțelege şi de a reține Adevărul. Dacă un om refuză cu insistență să cedeze naturii sale joase şi rămâne celibat strict, energia seminală este deviată în sus către creier şi stocată ca Ojas Sakti. Aşadar puterea intelectului este intensificată într-un grad remarcabil. Intelectul devine ascuțit şi clar prin continență. Continența măreşte infinit puterea de reținere a memoriei. Celibatarul strict are o memorie ascuțită şi acută chiar şi la bătrânețe.

Un om care are puterea Brahmacharyei poate depune o muncă mentală, fizică şi intelectuală imensă. El are o aura magnetică în jurul feței. El poate influența oamenii rostind doar câteva cuvinte sau doar prin prezența lui. El poate controla mânia şi mişca întreaga lume. Priveşte-l pe Mahatma Gandhi! El a dobândit această putere prin practica atentă şi constantă a lui Ahimsa, Satyam şi Brahmacharya - non-violența, adevărul şi celibatul. El a influențat lumea doar prin această putere. Prin Brahmacharya şi numai prin Brahmacharya poți obține în viață progrese fizice, mentale şi spirituale.

E bine să repetăm că un adevărat Brahmachari posedă energie uluitoare, un creier clar, o voință gigantică, înțelegere curajoasă, memorie bună şi o bună Vichara Sakti. Swami Dayananda a oprit carnagiul unui Maharaja. El a rupt sabia cu mâinle. Aceasta a fost din cauza puterii lui Brahamcharya. Iisus, Sankara, Jnana Deva şi Samarth Ramdas au fost toți Brahmacharini.
Ai realizat, dragul meu prieten, importanța Brahmacharyei? Ați recunoscut, dragii mei frați, adevărata semnificație şi gloria Brahmacharyei? Cum te poți aştepta să fii puternic şi sănătos dacă energia care este acumulată prin diverse mijloace cu mare dificultate şi la un mare preț este irosită zilnic? Este imposibil să fie puternici şi sănătoşi dacă bărbații şi femeile, băieții şi fetele, nu încearcă cu toate puterile să păstreze jurământul Brahmacharyei.

Chiar şi între electroni, sunt electroni celibatari şi electroni căsătoriți. Electronii căsătoriți se manifestă în perechi. Electronii burlaci există singuri. Numai aceşti electroni celibatari crează forță magnetică. Puterea Brahmacharyei se poate vedea şi în electroni de asemenea. Prietene, vei învăța vreo lecție de la aceşti electroni? Vei practica Brahmacharya şi vei dezvolta foță şi putere

spirituală? Natura este cel mai bun învățător şi ghid spiritual.

Prin Brahmacharya treci peste mizeriile vieții lumeşti şi dobândeşti sănătate, putere, pace a minții, trăinicie, curaj, progres material, avansare psihică şi imortalitate. Cel ce are control perfect asupra energiei sexuale atinge puteri de neobținut prin nici un alt mijloc. Aşadar, nu disipa această energie în plăceri senzuale. Conservă energia. Fă acte nobile şi practică meditația. În curând vei deveni superman. Vei comunica cu Dumnezeu şi vei atinge Divinitatea.

9. IMPORTANȚA CELIBATULUI ÎN VIAȚA SPIRITUALĂ

Brahmacharya este un cuvânt divin. El este suma şi substanța Yoga. Prin Avidya, acest lucru este uitat. Importanța Brahmacharyei a fost subliniată de marii noştri Rishis. Este Yoga supremă, pe care Domnul Krishna o accentuează în "Cântecul Lui Nemuritor". În Capitolul VI, Sloka 14, este foarte clar declarat că jurământul Brahmacharya este necesar pentru meditație: Brahmacharivrate Sthitah. În Capitolul XVII, Sloka 14, El spune că Brahmacharya este una din necesitățile pentru austeritatea trupului. Acum, avem o altă declarație făcută în Capitolul VIII, Sloka 11, că Yoghinii practică Brahmacharya pentru a atinge țelul spus de Cunoscătorii Vedelor. O declarație similară este găsită de asemenea în Kathopanishad.

În Raja Yoga a lui Patanjali Maharshi de asemenea, Yama este primul pas. Yama este practica lui Ahimsa, Satya, Asteya, Brahmacharya şi Aparigraha - nonviolența, adăvărul, să nu furi, celibatul şi neacceptarea darurilor. Dintre acestea Brahmacharya este cea mai importantă. În Jnana Yoga de asemenea, Dama sau controlul de sine este fundația pentru student.
În Mahabharata din nou vei găsi, în Santi Parva: "Multe sunt ramurile Dharma-ei, dar Dama este baza tuturor."
Brahmacharya este subiectul vital pentru cei care vor succes în viața materială sau spirituală. Fără ea, un om este absolut nepotrivit pentru activități lumeşti la fel ca şi pentru practici spirituale.

Celibatul în diferite ordine religioase

De-alungul vremurilor, cel mai înalt accent a fost pus pe Brahmacharya sau abstinență sexuală în fiecare religie. Prin tot folclorul circulă ideea că a doua privire sau viziune a supranaturalului este în special, dacă nu în exclusivitate, privilegiul celibatarilor. Westermack favorizează explicația că poluția distruge sfințenia. Un trib din Rio Negro se bucura de celibatul Şamanilor lor, deoarece ei credeau că medicamentele se vor dovedi ineficiente dacă sunt administrate de un om căsătorit.

Lambichus susține că zeii nu îl aud pe cel care îi invocă dacă este impur din cauza legăturilor sexuale. În Islam, continența strictă este necesară pentru un pelerinaj la Mecca. Este necesară pentru congregația Evreilor în timpul manifestării Divinității la Sinai şi înainte de a intra în templu. În vechea Indie, Egipt şi Grecia era obligatorie regula ca cel ce venerează să se abțină de la relații intime în timpul şi înainte de venerare. În Creştinism, continența a fost necesară ca o pregătire pentru botez şi Euharistie.
Cel mai înalt tip de Creştin era celibatar. Învățătorii creştini prețuiau celibatul şi căsătoria era, în ochii lor, doar a doua pentru cei care nu erau în stare să servească continența. Episcopii Bisericii Greceiei erau întotdeauna celibatari, fiind aleşi dintre călugări.

Călugărul, care se coboară la atingerea unei femei cu gânduri corupte, în timp ce îi ține mâinile sau părul sau atinge orice parte a trupului, aduce ruşine şi degradare ordinului. Jurământul hirotonisirii prezente este să se abțină de la toate relațiile sexuale atâta timp cât va trăi.
Jainiştii îşi forțează înțelepții să respecte regula de a se abține de la toate relațiile sexuale; să nu discute chestiuni în legătură cu femeile, să nu contempleze forme de femei. Pofta este astfel condamnată: "Dintre multitudinea de vicii, pofta trupească este cea mai rea."
Există şi alte reguli subsidiare acesteia, interzicând toate acțiunile de orice fel care nu sunt caste, în special orice act sau cuvânt care poate conduce la nerespectarea regulii principale sau dă naştere la o impresie care nu poate fi strict respectată.

Un Bikshu nu are voie să doarmă în orice loc unde o femeie este prezentă sau să predice doctrina

sacră în mai mult de cinci sau şase cuvinte unei femei dacă nu este prezent un alt adult, sau să dea sfaturi surorilor dacă nu este delegat special pentru a face asta, sau să călătorească de-alungul aceluiaşi drum cu o femeie. Când îi vine rândul la pomană, trebuie să fie îmbrăcat corespunzător şi să meargă cu privirea plecată. El nu trebuie să accepte o robă de la nici o femeie care nu este înrudită cu el, în afara condițiilor specificate.

El nu va sta într-un loc izolat cu o femeie, şi cu atât mai mult nu o va atinge şi nici nu va vorbi cu ea cu intenții impure.
"Ordinul Cerşetorilor" înființat de Budişti era guvernat de 227 de reguli ale Patimokha.
Dintre acestea, primele patru erau de o gravitate însemnată. Nerespectarea uneia dintre aceste patru reguli impunea expulzarea din ordin; şi erau, aşadar, numite Parajika sau reguli ale actelor care însemnau înfrângerea.

Prima regulă spune: "Oricare Bhikshu -- care a luat asupra sa sistemul antrenamentului de sine şi regula vieții, şi nu s-a retras de la antrenament sau nu şi-a declarat incapacitatea de a păstra regula -- care va avea cunoaştere carnală a oricărui lucru viu, chiar şi cu un animat, a căzut înfrânt, şi el nu mai este în comuniune." "Retragere de la antrenament" era o expresie tehnică pentru aruncarea robelor, retragerea din ordin, şi reântoarcerea în lume, un pas pe care orice membru al ordinului era liber să-l facă în orice moment.

Despre Numa s-a spus că a înființat "Ordinul Călugărițelor Fecioare". Ele rămâneau nemăritate timp de treizeci de ani. Îngroparea de vie era pedeapsa pentru nerespectarea jurământului de castitate. Virginele erau distinse printr-o extraordinară influență şi demnitate personală. Ele erau tratate cu semne de respect acordate de obicei membrilor casei regale; astfel, pe străzi, ele erau precedate de un lictor şi cei mai înalți magistrați le făceau loc. Ele se bucurau uneori de privilegiul excepțional de a călători într-o trăsură; la jocurile publice, un loc de onoare le era oferit. Şi după moarte ele, precum împăraților, li se permitea să fie îngropate în oraş, deoarece erau deasupra legii. Ele se bucurau de principul regal al milei, pentru că dacă întâlneau un criminal pe drumul către execuție, viața acestuia era salvată.

În marea colonie de Tibetani la Darjeeling, mai multe sute de bărbați care făceau muncile de jos sunt foşti-lama care au fugit din Tibet, cu iubitele lor sau singuri, pentru a scăpa de pedepsele severe pentru nerespectarea celibatului. Delicventul este denunțat, şi dacă este prins, devine subiectul pedepselor corporale în public, precum şi o amendă grea şi expulzarea din ordin în dizgrație.
"Virginii Soarelui" peruvieni -- un tip de preoți --- erau pedepsiți cu îngroparea de vii dacă erau prinşi greşind-

Brahmacharya - fundamentul vieții spirituale

Brahmacharya este sine qua non pentru viața spirituală. Este un mare deziderat. Este de importanță vitală. Fără Brahmacharya perfectă, nu poți avea progres spiritual substanțial. Abstinența sau continența este piatra de colț pe care stă pedestalul Moksha. Dacă piatra de colț nu este foarte puternică, superstructura se va prăbuşi când apar ploi grele. Tot aşa, dacă nu eşti stabilit în Brahmacharya, dacă mintea este agitată de gânduri rele, vei cădea. Nu poți atinge vârful scării în Yoga sau cea mai înaltă Nirvikalpa Samadhi.

Nu poți spera să ai realizarea de Sine sau Cunoaşterea de Sine dacă nu eşti stabilit în Brahmacharya. Brahmacharya este cheia principală pentru a deschide tărâmurile fericirii eterne. Brahmacharya este chiar fundația Yoga. La fel cum o casă care este construită pe o fundație putredă se va surpa cu siguranță, tot aşa, tu vei cădea din meditație dacă nu ai aşezat fundația corespunzătoare, adică, atingerea Brahmacharyei perfecte. Poți medita pentru o perioadă de doisprezece ani, şi totuşi, nu vei avea succes în Samadhi dacă nu ai distrus pofta subtilă sau sămânța dorinței care rămâne în locurile cele mai ascunse din inima ta.

Brahmacharya este baza pentru atingerea Kaya Siddhi. Celibatul complet trebuie să fie menținut. Aceasta este de importanță capitală. Prin practica Yoga sperma este transmutată în Ojas Sakti. Yoghinul va avea un corp perfect. Va exista șarm și grație în mișcările lui. El poate trăi atâta timp cât dorește. Aceasta este cunoscută de asemenea ca Iccha Mritya sau moarte la voință.

Practica Brahmacharya este cea mai importantă calificare pentru aspirantul spiritual, indiferent ce cale a ales - Karma Yoga, Upasana, Raja Yoga, Hatha Yoga sau Vedanta. Disciplina abstinenței complete este cerută de la toți aspiranții. Numai un adevărat Brahmachari poate cultiva Bhakti. Numai un adevărat Brahmachari poate practica Yoga. Numai un adevărat Brahmachari poate dobândi Jnana. Fără Brahmacharia, nu este posibil nici un progres spiritual.
Pofta trupească este o lovitură mortală pentru calibrul spiritual al omului. Nu este posibil pentru tine să intri pe calea spirituală care duce la uniunea cu Dumnezeu atâta timp cât nu controlezi pofta trupească şi nu eşti stabilit în Brahmacharya. Atâta timp cât pofta trupească îți miroase frumos în nări, nu poți dezvolta în minte gânduri sublime, divine. Acel om în care ideea de sex este adânc înrădăcinată nu poate visa să înțeleagă Vedanta şi să realizeze Brahman nici măcar într-o Sata Koti Janma, chiar într-o sută de reâncarnări. Adevărul nu poate locui unde trăieşte pasiunea.

Indulgența sexuală este un mare obstacol pe calea spirituală. Ea împiedică practicile spirituale în totalitate. Dorința sexuală trebuie să fie controlată prin gânduri sublime şi meditație. Trebuie să aibă loc o sublimare completă a energiei sexuale. Numai atunci aspirantul este absolut sigur. Anihilarea totală a dorinței sexuale este idealul spiritual ultim.
Atracția sexuală, gândurile sexuale şi dorința sexuală sunt cele trei mari obstacole pe calea realizării lui Dumnezeu. Chiar dacă dorința sexuală dispare, atracția sexuală rămâne pentru un timp lung şi necăjeşte aspirantul. Atracția sexuală este foarte, foarte puternică. Atracția sexuală leagă un om de această lume. Fiecare celulă din trupul unui bărbat sau al unei femei este supraîncărcată cu elementul sexual. Mintea şi simțurile sunt pline cu suc sexual. El găseşte plăcere în compania unei femei. Femeia de asemenea nu poate sta fără să se uite la un bărbat, fără să vorbească cu el. Ea găseşte plăcere în compania unui bărbat.

Acesta este motivul pentru care el sau ea găseşte că este extrem de dificil de anihilat atracția sexuală. Atracția sexuală nu poate fi distrusă fără grația lui Dumnezeu. Nici un efort uman nu poate eradica în totalitate această forță puternică a atracției sexuale.
Organul de vedere face un mare rău. Distruge privirea adulteră, adulterul ochiului.
Încearcă să vezi pe Dumnezeu în toate fețele. Iar şi iar generează curenți de liniște, discriminare şi cercetare. În final vei fi stabilit în Brahman sau în Etern. Iar şi iar generează gânduri divine sublime şi măreşte perioada de Japa şi meditație. Gândul sexual va fi anihilat.

La ce foloseşte cunoaşterea artelor şi ştiințelor, la fe foloseşte reputația sau titlurile, la ce foloseşte repetarea Numelui Domnului sau cercetarea "Cine sunt eu?", dacă devii un sclav al poftei? Controlează mai întâi această dorință puternică prin penitențe riguroase. Înainte să treci la meditația avansată, fii cel puțin un celibatar strict din punct de vedere fizic. Apoi străduieşte-te să atingi perfecțiunea în ceea ce priveşte castitatea mentală.

Printe voi toți poate că este ascuns un Shakespeare sau un Kalidasa, un Wordsworth ascund sau un Valmiki, un potențial sfânt, un St. Xavier, un Akhanda Brahmachari precum Bhishma Pitamaha, un Hanuman sau un Lakshman, un Visvamitra sau un Vasishtha, un mare om de ştiință precum Dr. J.C. Bose sau Raman, un yoghin precum Jnana Deva sau Gorakhnath, un filosof precum Sankara sau Ramanuja, un Bhakta precum Tulsidas, Ramdas sau Eknath.
Trezeşte-ți, atunci, facultățile ascunse, energiile potențiale ale tuturor descrieirilor, prin Brahmacharya si atinge conştiința lui Dumnezeu repede şi treci peste mizeriile acestei vieți pământeşti cu tot ceea ce o însoțeşte prin naştere, moarte şi durere.
Binecuvântat este Brahmachari care a depus jurământul celibatului până la sfârşitul vieții. De două ori binecuvântat este acel Brahmachari care sincer se luptă să distrugă pofta trupească şi să atingă puritatea perfectă. De trei ori binecuvântat este acel Brahmachari care a eliminat complet poftat trupească şi a atins realizarea de Sine.
Gloria să fie a acestui Brahmachari exalta! Ei sunt veitabili zei pe pământ. Fieca ca binecuvântările lor să fie asupra tuturor.

10. BRAHMACHARYA PENTRU FAMILIŞTI

Este dincolo de orice dubiu că o viață de Brahmacharya este glorioasă şi minunată. În acelaşi timp, o viață de moderație în familie este la fel de bună şi ajutătoare pentru creşterea spirituală. Ambele au avantaje. Trebuie să ai o mare tărie să mergi pe oricare din aceste căi.
Varnashrama Dharma este practic inexistentă acum. Toți sunt un Vaisya sau un Bania cu lăcomie pentru acumularea de bogății prin orice mijloace, prin cerşit, împrumut sau furt.

Aproape toți Brahminii şi Kshatriyaşii sunt doar Bania sau Vaisyas. Nu mai există nici un Brahmin adevărat sau un Kshatriya în aceste zile. Ei vor bani oricum. Ei nu încearcă să practice Dharma castei lor sau ordinea vieții. Aceasta este cauza fundamentală pentru căderea omului. Dacă un familist se achită de toate sarcinile pentru fiecare stagiu al vieții, dacă el este un Grihasthi ideal, nu mai este necesar să treacă la Sannyasa. Numărul în creştere de Sannyasini în aceste momente se datorează eşecului familiştilor de a-şi îndeplini îndatoririle. Viața unui familist ideal este la fel de dificilă şi de rigidă ca unui Sannyasin ideal. Pravritti Marga sau calea Karma Yoga este la fel de dificilă şi rigidă ca cea de Nivritti Marga sau calea renunțării.

Dacă un bărbat duce o viață de celibat chiar şi în viața de familist şi are relații sexuale ocazional doar pentru a face copii, el poate aduce pe lume copii sănătoşi, inteligenți, puternici, frumoşti şi dispuşi la sacrificii de sine. Asceții şi savanții Indiei străvechi, când se căsătoreau, urmau această regulă excelentă foarte atent şi de asemeni obişnuiau să învețe, prin practică şi percepte, cum să ducă o viață de Brahmachari chiar şi ca familist. Strămoşii noştri întradevăr urmau asceții în crearea de copii pentru apărarea pământului natal şi pentru alte acte care înnobilau națiunea. Cei care au citit Srimad Bhagavata ştiu despre viețile lui Devahuti, fiica lui Manu, şi soțul ei Kardama Rishi. Kapila Muni, fondatorul filosofiei Sankhya, a fost născut de Devahuti după ce Kardama Rishi a vizitat-o o singură dată pentru a-i dărui un fiu. Prasara a vizitat-o pe Matsyagandhi pentru a-l naşte pe Sri Vyasa, fondatorul filosofiei Vedanta.

Marii Rishi din trecut erau căsătoriți, dar ei nu duceau o viață de pasiune şi pofte trupeşti. Viața lor

de Grihasthashram era o viața numai pentru Dharma. Dacă nu este posibil pentru tine să-i copiezi literă cu literă, va trebui să păstrezi viețile lor ca repere, ca un ideal pe care să încerci să-l emulezi, şi trebuie să păşeşti pe calea Adevărului. Grihasthashram nu este o viață de de pofte trupeşti şi trai destrăbălat. Este o viață de serviciu lipsit de egoism, de Dharma pură şi simplă, de caritate, bunătate, blândețe, ajutor de sine, şi tot ceea ce este bun şi tot ceea ce este de ajutor pentru umanitate. Dacă poți trăi o asemenea viață, viața lui Grihasthi este la fel de bună ca viața unui Sannyasin.

Ce este Brahmacharya în viața de familist?

E bine să duci o viața regulată, moderata în cazul căsătoriei. Chiar şi ca familist poți fi un Brahmachari, trăind după principiile lui Grihastha Dharma, prin moderație şi venerare regulată a lui Dumnezeu. Căsătoria nu ar trebui în nici un fel să te conducă în jos pe calea spirituală. Trebuie să păstrezi focul spiritual aprins tot timpul. Trebuie să-ți faci soția să înțeleagă adevărata glorie a vieții spirituale. Dacă ambii respectă Brahmacharya pentru o perioadă şi apoi evită excesele, soția va da naştere unor copii robuşti care vor fi mândria țării. Energia conservată poate fi folosită pentru scopuri spirituale înalte. Prevenirea maternității frecvente va păstra sănătatea soției de asemenea.

Brahmacharya în Grihasthashrama este moderația absolută în relațiile sexuale. Familiştilor le este permis să-şi viziteze soția odată pe lună la timpul potrivit fără ideea de satisfacere sexuală doar pentu a face copii şi a menține linia. Aceasta este de asemenea Brahmacharya Vrata. Ei sunt de asemenea Brahmachari.
Familiştii ar trebui să ceară soțiilor să țină post şi să facă Japa, să mediteze şi celelalte practici, care le va permite să păstreze Brahmacharya Vrata. Ei ar trebui să-şi antreneze soțiile în studiul Gita, Upanişadelor, Bhagavata-ei şi Ramayana-ei şi în regularea dietei.

Dacă vrei să practici Brahmacharya, gândgeşte-te că soția ta este sora ta. Distruge ideea de soț şi soție şi dezvoltă ideea de frate şi soră. Amândoi veți dezvolta o dragoste pură şi puternică, deoarece impuritatea şi pofta for fi eliminate. Discută întotdeauna cu soția ta chestiuni spirituale.

Povesteşte-i fragmente din Mahabharata, Bhagavata. Stai cu ea de sărbători şi citeşte cărți religioase. Gradual mintea ei se va schimba. Ea va începe să se intereseze de practicile spirituale. Pune asta în practică dacă vrei să scapi de mizeriile Samsarei şi să te bucuri de fericirea eternă a Sufletului.

Tinerii de astăzi imită vesticii luându-şi cu ei nevestele când ies la plimbare. Această practică crează un obicei puternic în bărbați de a fi în compania femeilor tot timpul. Puțină despărțire aduce o mare durere şi suferință. Mulți au un şoc atunci când îşi pierd nevestele. Mai mult, devine foarte dificil pentru ei să depună jurământul celibatului chiar şi pentru o lună. Săracii de ei! Sunt falimentari din punct de vedere spiritual! Încercați să fiți cât mai departe de parteneri posibil. Vorbiți puțin cu ei. Fiți serioşi. Nu râdeți şi nu glumiți cu ei. Ieşiți la o plimbare seara. Ce făceau părinții voştri înțelepți? Asimilați din Vest numai ce este bun. Imitația dezgustătoare în modă, stil, rochii şi mâncare este periculoasă.

Când soția devine mamă

Imediat ce ți s-a născut un fiu, soția ta devine mama ta, deoarece tu însuți eşti născut ca fiu. Un fiu nu este altceva decât energia tatălui. Schimbă-ți atitudinea mentală. Serveşte-ți soția ca Mamă a Lumii. Începe Sadhana spirituală. Distruge pasiunea. În fiecare dimineață, imediat ce te dai jos din pat, atinge picioarele soției tale şi înclinăte în fața ei considerând-o ca fiind Kali sau Mama Lumii. Nu te ruşina. Această practică va elimina ideea de 'soție' din mintea ta. Dacă nu poți să te înclini fizic, cel puțin fă-o mental.

Imediat ce se naşte un copil, omul trebuie să renunțe la pofta trupească. El trebuie să păstreze celibatul. El trebuie să-şi trateze soția ca fiind propria lui mamă. Când odată este adus în minte aceste gând, cum poate el, chiar dacă moare copilul, să-şi schimbe perspectiva mentală şi să privească la soția lui cu poftă? Aceasta este o mare Sadhana pentru familişti. Dacă un copil nu se naşte, nu este recomandată o nouă căsătorie cu o altă soție. Ambii soț şi soție pot atunci să urmărească împreună calea spirituală, păstrând celibatul.

O viață de parteneriat spiritual

Manu spune: "Primul copil născut este născut din Dharma iar restul din Kama sau poftă trupească. Actul sexual doar pentru simpla plăcere nu se justifică." Aspiranții însetați care păşesc pe calea realizării de Sine, care sunt familişti peste patruzeci de ani, ar trebui să renunțe la contactul cu partenerele lor de viață. Deoarece, un act sexual reânvie toate ideile rele şi le dă un nou avânt de viață. Mariajul ar trebui acum să fie considerat o alianță sfântă a două suflete împuternicită de Dumnezeu pentru divinizarea naturii lor şi pentru realizarea țelului vieții -- realizarea lui Dumnezeu -- printr-o viață bine ordonată de Dharmic Grihastha. Soțul şi soția ar trebui, de acum înainte, să păstreze celibatul fizic perfect, dacă vor progres spiritual rapid şi realizare de Sine în această naştere. Nu există jumătăți de măsură pe calea spirituală.

Eşti un familist de peste patruzeci de ani? Atunci, trebuie să devii un Brahmachari perfect acum. Soția ta de asemenea trebuie să postească în timpul Ekadasi, Nu spune acum, "Swamiji, ce pot să fac? Sunt familist." Aceasta este o scuză patetică. Cât de mult timp vrei să rămâi ca un familist pasionat? Până la sfârşitul vieții? Nu mai există o altă misiune mai nobilă în viață decât să mănânci, să dormi şi să procreezi? Nu vrei să te bucuri de fericirea eternă a Sinelui? Ai gustat destul din plăcerile lumeşti. Ai trecut de stadiul de familist. Te pot scuza dacă eşti un bărbat tânăr, dar nu acum. Acum pregăteşte-te pentru stadiul lui Vanaprastha şi Sannyasa mentală în timp ce rămâi în lume. Colorează-ți inima mai întâi. Aceasta va fi o viață nobilă întradevăr. Pregăteşte-te. Disciplinează-ți mintea. Sannyasa adevărată este non-ataşamentul mental. Sannyasa reală este distrugerea Vasanas-urilor, "Eu-ului", "Mea-ului", egoismului şi pasiunii pentru copii, trup, soție şi proprietate.

Nu este nevoie să te retragi în peşterile din Himalaya. Atinge starea minții descrisă mai sus. Trăieşte în lume cu familia şi copii în pace şi bogăție. Fii în lume, dar în afara lumii. Renunță la ceea ce este lumesc. Aceasta este Sannyasa reală. Aceasta este ceea ce vreau. Atunci vei deveni un Rege al regilor. Strig cât pot de tare de mulți ani, dar numai puține persoane urmează învățăturile

mele.
O soție bună, o bijuterie prețioasă, este materializarea grației infinite a Lui Dumnezeu pentru cel care traversează Pravritti Marga. Armonia în fiecare aspect al vieții este un cadou rar de la Dumnezeu pentru un cuplu. Fiecare partener ar trebui să fie pentru celălalt un adevărat însoțitor în adevăratul sens al cuvântului.

Grihastha Ashrama este un nivel sigur pe scara evoluției către Divinitate. Urmează legile scripturii şi bucură-te de fericirea infinită. Adevărata uniune poate fi stabilită pe baze spirituale. Amândoi trebuie să aspirați să realizați țelul comun al vieții -- realizarea lui Dumnezeu. Când cuplurile care trăiesc în jurul vostru concurează unul cu celălalt în materialism, şi în capacitatea lor individuală, se trag în jos unul pe celălalt, ambii ar trebui să concurați unul cu celălalt în avansarea rapidă în Sadhana spirituală. Ce competiție nouă! Ce binecuvântare este să ai un asemenea competitor ca partener de viață!

11. FEMEILE ŞI BRAHMACHARYA

Un aspirant scrie: "Aş dori să ştiu dacă aceiaşi teorie în ceea ce priveşte formarea Veerya şi pierderea ei este valabilă şi în cazul femeilor. Sunt ele afectate la fel de mult ca şi bărbații?" Întrebarea este una importantă şi pertinentă. Da, indulgența în actul sexual este istovitoare pentru sistemul feminin şi scade vitalitatea la fel ca şi în cazul bărbatului. Epuizarea nervoasă la care sistemul este supus este foarte mare întradevăr.

Gonadele femeii, ovarele corerspunzând testicolelor în bărbați, produc, dezvoltă şi maturizează foță prețioasă, vitală precum sperma. Aceasta este ovulul. Deşi femeia nu îl pierde în afara corpului, ca în cazul spermei la bărbat, însă, din cauza actului sexual, el părăseşte ovarele şi intră în concepția embrionului.
Şi este cunoscut foarte bine ce istovitoare şi obositoare este o sarcină pentru o femeie. Descărcarea repetată a acestei forțe şi epuizarea naşterii transformă femeile sănătoase în epave, şi distrug tăria, frumusețea şi grația lor la fel ca şi tinerețea şi puterea mentală. Ochii îşi pierd strălucirea care

reprezintă un indiciu a forței lor interioare.

Excitarea senzuală intensă în timpul actului zguduie sistemul nervos şi cauzează debilitate de asemenea. Sistemul lor fiind mai delict şi acordat mai înalt, femeile sunt adesea mai afectate decât barbații.
Femeile ar trebui să îşi păstreze forța lor vitală prețioasă. Ovului şi hormonii secretați de ovare sunt foarte esențiali pentru bunăstarea fizică şi mentală maximă a femeii.
Femeile de asemenea ar trebui să depună jurământul celibatului. Ele de asemenea pot rămâne ca Naishthic Brahmacharini precum Mirabai şi se pot devota serviciului şi devoțiunii lui Dumnezeu. Sau ele pot face Brahma-Vichara precum Gargi şi Sulabha. Ele vor fi numite Brahma-Vicharini, cercetătoare a lui Brahman, dacă adoptă această cale.

Grihastha-Dharminis sau femeile cu familie ar trebuie să păstreze Pativrata-Dharma sau jurământul castității şi ar trebui să păstreze Savitri, Anasuya ca un ideal către care să tindă. Ele ar trebui să îl vadă pe Krishna în soțul lor şi să î-L realizeze pe Dumnezeu, precum Laila în Majnu. Ele de asemenea pot să practice Kriya-suri precum Asana şi Pranayama. Ele ar trebui să facă Sankirtan intens, Japa şi rugăciunea zilnică în casele lor. Prin Bhakti, ele pot distruge pasiunea uşor, deoarece prin natura lor ele sunt devoționale.

Multe femei din trecut au făcut fapte miraculoase şi au arătat lumii puterea castității. Nalayini, prin puterea castității, a oprit răsăritul soarelui pentru a salva viața soțului ei. Anasuya a transformat pe Trimurtis - Brahma, Vishnu şi Mahesvara - in bebeluşi când aceştia au vrut Nirvana Bhiksha. Numai datorită puterii castității ea a putut să transforme marile zeități în bebeluşi. Savitri l-a adus înapoi la viață pe Satyavan, soțul ei, din capcana lui Yama, prin castitatea ei. Aceasta este puterea castității sau Brahmacharya. Femeile care duc o viață de familie ideală cu castitate pot de asemenea să devină ca Anasuya, Nalayini sau Savitri.

Brahmacharini -- vechi şi moderni

În vremurile de demult, existau Brahmacharini în India. Ei erau Brahmavadini; ei ţineau discursuri despre Brahman. Ei nu doreau să ducă o viaţă de Grihastha-Dharminis devotaţi îndatoririlor de familie. Ei serveau Rishi şi înţelepţii în ermitajele lor şi făceau Brahma-Vichara sau cercetarea în privinţa lui Brahman. Regele Janasruti şi-a plasat fiica în serviciul lui Rishi Raikva. Vei găsi asta în Chhandogya Upanishad.

Sulabha a fost o femeie foarte învăţată. Ea s-a născut într-o familie regală. Era era o Brahmacharini. Ea a fost instruită în religie şi emancipare. Ea a urmat practica ascetică. Ea fost fermă în practici care aparţineau modului de viaţă pe care îl ducea. Era fermă în jurăminte. Niciodată nu a rostit un cuvânt fără să reflecteze la proprietăţile lui. Era o Yoghină. Ea a dus o viaţă de Sannyasin. A apărut în faţa lui Janaka la curtea acestuia şi a avut o mare dezbatere cu el despre Brahma-Vidya sau Ştiinţa Sinelui.

Gargi a fost de asemeni Brahmacharini. Ea a fost de asemenea o femeie foarte cultivată. Ea a avut o discuţie lungă cu Yajnavalkya despre Brahma-Vidya. Dialogul dintre ei apare în Brihadaranyaka Upanishad.

În Europa de asemenea au fost multe femei care erau celibate şi care şi-au dedicat vieţile în întregime austerităţilor severe, rugăciunii şi meditaţiei. Ele au avut ermitajele lor. În India chiar şi în acest moment, sunt femei educate care duc o viaţă de Brahmacharinis.

Ele nu doresc să se mărite. Aceasta se datorează forţei Samskaras-urilor bună din naşterile precedente. Ele dau educaţie fetelor în şcoală. Ele studiază cărţi religioase şi practică meditaţia dimineaţa şi seara. Ele fac Kirtan. Ele ţin un jurnal spiritual zilnic. Conduc clase de Satsanga şi Kirtan printre femei. Ele antrenează fete în practica Asana şi Pranayama. Ele dau discursuri despre Gita şi Upanishade. Ţin lecturi despre subiecte religioase în Engleză, Sanscrită şi Hindi. În timpul sărbătorilor şi la ocaziile importante, ele ţin conferinţe religioase pentru femei pe o scară largă pentru trezirea spirituală a maselor.

Uneori ele vizitează satele învecinate şi distribuie medicamente gratis pentru săraci. Cunosc măsurile de prim-ajutor, homeopatie, alopatie şi sistemul bio-chimic al medicinii. Ele sunt antrenate în îngirjirea bolnavilor. Există o foarte educată Brahmacharini, care este versată în Sanscrită, Engleză şi Hindi, care este conducătoarea unei instituții pentru fete. Ea păstrează o şcoală privată gratuită de asemenea pentru fetele sărace pe cheltuiala ei. Acesta este un serviciu foarte nobil întradevăr.

Asemenea fete şi femei sunt cu adevărat o binecuvântare pentru India. Ele duc o viață de puritate şi sacrificiu de sinte. Ele se bucură de fericire, prosperitate şi renume aici şi de asemenea vor atinge tărâmul nemuritor al păcii supreme după aceea. India are nevoie de mai multe Brahmacharinis de acest fel care îşi pot dedica viețile serviciului, meditației şi rugăciunii.
A existat o Maharani în fostele Provincii Unite care purta o rochie simplă, mânca mâncare simplă, servea Sadhuşi şi oameni săraci şi trăia întotdeauna printre Sannyasini. Ea avea o cunoaştere profundă a scripturilor, medita şi se ruga regulat. Ea păstra Mouna sau jurământul tăcerii pentru mai multe luni consecutiv şi petrecea mai mult timp în izolare.

Există o femeie educată care este o M.B.B.S. Soțul ei are o poziție bună. Ea tratează pacienții gratis. Nu cere nici un ban pentru vizitele pe care le face. Ea face un serviciu foarte bun pentru societate. Nu este o vânătoare de meserii. Ea este liberă de lăcomie. Face serviciul medical pentru purificarea inimii. Consideră serviciul medical pentru săraci ca o venerare a lui Dumnezeu. Are grijă de casă şi îşi serveşte soțul. Studiază cărți religioase şi petrece timp în meditație, şi rugăciune. Ea este o femeie ideală care ducă o viață glorioasă şi pioasă.

Viața destrăbălată nu înseamnă libertate

Lumea are mare nevoie de asemenea femei ideale. Aş dori ca lumea să abunde cu asemenea femei glorioase. Eu nu condamn femeile. Eu nu mă opun ca femeile să primească educație şi libertate. Am cea mai mare venerație pentru femei. Le ador ca pe Devis sau zeițe. Dar, nu sunt în favoarea unei asemenea libertăți care să ruineze femeile. Sunt în favoarea unei educații şi culturi care să să

facă nemuritoare şi glorioase, să le facă femei ideală precum Sulabha, Mira şi Maitreyi, precum Savitri şi Damayanti. Aceasta doresc. Aceasta este ceea ce toată lumea doreşte.

Viața destrăbălată nu este libertate perfectă. Unele femei din India s-au ruinat prin această falsă libertate. Nu există limită pentru libertate, de care aşa-zisele femei educate se bucură acum. Această libertate a cauzat distrugerea multor case. A creat dezordine în societate. A adus ruşine multor familii respectate. Fetele, din dorința lor pentru libertate, au întrecut limita şi şi-au pierdut acea posesie pe care femeile din trecut o păstrau nepătată.

Prin amestecul liber cu bărbați, femeia îşi pierde demnitatea, modestia, grația feminină, şi sanctitatea persoanei şi caracterul. O femeie care se amestecă liber cu bărbații nu îşi poate păstra castitatea pentru mult timp. Pot exista, şi au existat, excepții. O femeie care se amestecă cu bărbații liber în viața publică şi totuşi rămâne pură trebuie să fie cu siguranță superumană. O femeie obişnuită cu pasiunea ei naturală va ceda rapid. Natura umană se va împlini pe sine.
Ce mai rămâne din viața femeii dacă puritatea ei este pierdută? Ea este doar un cadavru viu dacă nu mai există puritate, deşi ea se poate bucura de bogăție şi se mişcă prin cercurile înalte ale societății.

Asocierea cu persoane promiscue va duce la rezultate dezastruoase. Chiar şi Rishis şi Yoghinii care sunt îmbrăcați în zdrențe, care trăiesc în izolare şi se hrănesc cu rădăcini, vor fi traşi în jos de forțele întunecate ale naturii dacă sunt neatenți. Atunci ce să mai vorbim de femeile care mănâncă zilnic delicatese şi dulciuri, care sunt îmbrăcate în catifea parfumată şi mătase cu margini brodate, cărora li se acordă prea multă libertate, care nu duc o viață de control de sine, care nu au antrenamet religios şi disciplină, care nu au idee de viața interioară şi religia emancipării? O cititorule înțelept! Las acest lucrul a considerația, reflecția, cugetarea şi deliberarea ta.

Femeile nu ar trebui să facă nimic din ceea ce le dezonorează sau le aduce infamie lor şi familiilor lor, şi le pătează caracterul. Fără caracter, un bărbat sau o femeie este considerat mort deşi trăieşte. Femeile ar trebui să fie atente şi grijulii când se mişcă în societate. Ele ar trebui să evite prea multă vorbărie, prea mult amestec, să râdă prea mult sau să se prostească. Ele ar trebui întotdeauna să

meargă într-o manieră demnă şi nu să unduiască din şolduri. Ele nu ar trebui să se uite niciodată la bărbați cu gesturi secrete. Hainele nu trebuie să fie prea strâmte sau să arate prea mult trupul. Abandonează machiajul.

O chemare pentru viața spirituală

O Devis! Nu vă irosiți viețile în modă şi pasiune. Deschideți ochii. Mergeți pe calea dreptății. Păstrați-vă Pativrata Dharam. Vedeți Divinitatea în soțul vostru. Studiați Gita, Upanishadele, Bhagavata şi Ramayana. Deveniți bune Grihastha-Dharminis şi Brahma-Vicharinis. Aduceți pe lume mulți Gourangas. Destinul lumii este în întregime în mâinile voastre. Deținеți cheia principală a lumii. Deschideți uşa fericirii paradisiace. Aduceți Vaikuntha în casele voastre. Antrenați-vă copii pe calea spirituală. Semănați sămânța spirituală când sunt tineri.

O Devis ale lumii! Nu ar trebui să vă luptați pentru o viață mai înaltă, mai mare, mai sublimă, singura viață reală în Suflet! Este suficient să fiți satisfăcute cu necesitățile materiale neînsemnate ale vieții pământeşti? Țineți minte ce i-a spus Maitreyi lui Yajnavalkya? "Ce voi face cu toată bogăția acestei lumi dacă prin aceasta nu voi deveni nemuritoare?" a spus ea soțului ei. Câte femei din această lume ar fi suficient de îndrăznețe pentru a revendica o asemenea declarație înțeleaptă a idealului Upanishadic.

Înlănțuirea cu legăturile Samsarei nu este dreptul din naştere al mamelor şi surorilor din această lume. Să rămâi blocată în familie, copii şi rude nu este idealul femeii curajoase şi discriminative. Fiecare mamă a lumii ar trebui să realizeze responsabilitatea ei de a se trezi pe sine, copii ei, familia şi soțul ei, la adevărata lumină, şi splendoare a vieții. Ce mamă glorioasă a fost Madalasa! A cerut ea copiilor ei să studieze până la examenul de absolvire şi apoi să-şi caute ceva de lucru? "Suddosi, Buddhosi, Niranjanosi, Samsara Maya Parivarjitosi - Tu eşti pur, tu eşti conştiință, tu este neântinat, eşti liber de Maya Samsarei" - acestea erau instrucțiunile Advaitice pe care Madalasa le-a dat copiilor ei când îi legăna. Câte mame din aceste zile au norocul să-şi învețe copii asemenea cunoaştere profundă? Pe de o parte, mamele zilelor noastre ar încerca să zdrobească

tendințele spirituale ale copiilor lor chiar dacă se găsesc în ei în stări microscopice! Ce condiție tristă şi vrednică de milă! Treziți-vă mamelor, surorilor! Treziți-vă din somnul adânc. Recunoaşteți-vă responsabilitatea. Spiritualizați-vă pe voi înşivă. Spiritualizați-vă copii. Spiritualizați-vă chiar şi soții, pentru că voi sunteți cele care fac familia! Amintiți-vă cum Chudala l-a iluminat pe soțul ei. Voi sunteți creatoarele națiunilor! Voi sunteți cele care construiți lumea! Aşadar, spiritualizați-vă pe voi înşivă. Revendicați în voi înşivă spiritul lui Sulabha, Maitreyi, Gargi. Nu fiți laşe. Ieşiți afară din casele voastre de carne - case de deziluzie, case de vanitate!

Fiți toate adevărate Sannyasinis şi aduceți glorie reală, măreție reală, pentru că asta este îndrăzneala adevărată şi curajul, aceasta este înțelepciunea şi înțelegerea reală. O femeie nu este femeie dacă este golită de focul spiritual din ea, dacă este ignorantă de viața înaltă în Suflet. Datoria unei femei nu este doar familia; datoria ei este de asemenea să transceandă familia. Datoria ei nu stă în brățări, jachete, pudre şi parfumuri. Datoria ei nu să în a găsi de lucru pentru copii. Datoria ei este de asemeni să se preocupe cu Sinele, Atman, Brahman. O asemenea femeie este un simbol real al lui Dumnezeu.
Ea ar trebui să fie adorată, ea ar trebui să fie venerată!

12. BRAHMACHARIA ŞI CURRICULUM-UL EDUCAȚIONAL

Dacă compari sistemul preznt de educație cu sistemul străvechi Gurukul, există o mare prăpastie între cele două. În primul rând, sistemul prezent de educație este foarte costisitor. Latura morală a educației este absolut ignorată în acest moment. Fiecare student în Gurukul era pur. Fiecare student, avea un antrenament moral perfect. Acesta era factorul predominant în cultura străveche. Fiecare student avea cunoaştere despre Pranayama, Mantra Yoga, Ananas, codul moral, Gita, Ramayana, Mahabharata şi Upanisade. Fiecare student poseda umilință, restrângere de sine, obedință, un spiritul de serviciu şi sacrificiu de sine, comportament bun, politețe, o natură amabilă, şi o dorință de a dobândi Atma-Jnana.

Un dezavantaj vital în sistemul educațional prezent din India

Sudenții la colegiu din zilele noastre nu posedă niciuna din virtuțile de mai sis. Controlul de sine este un lucru necunoscut pentru ei. Viața luxoasă şi indulgența încep încă de când sunt băieți. Aroganța, impertinența şi nesupunerea sunt adânc înrădăcinate în ei. Au devenit atei confirmați şi materialişti de seamă. Multora le este ruşine să spună că ei cred în existența lui Dumnezeu. Ei nu au cunoaştere despre Brahmacharya şi control de sine. Haine la modă, mâncare nerecomandată, companie rea, mersul des la teatru şi la cinema, aplicarea manierelor din Vest şi a obiceiurilor i-au transformat în oameni slabi şi pasionați. Brahma-Vidya, Atma-Jnana, Vairagya, bogația Moksha şi pacea Atmică şi fericirea sunt foarte străine pentru ei.

Moda, stilul, epicurismul, lăcomia şi luxul au ocupat minților lor. Este vrednic de milă să auzi povestea vieții unora din studenții la colegiu. În străvechiul Gurukul, băieții erau sănătoşi şi puternici şi trăiau mult. A fost descoperit întradevăr că sănătatea studenților s-a deteriorat în toată India. Mai mult, viciile şi practicile rele care le ruinează sănătatea sunt în creştere. Nu există cultură etică în şcolile şi colegiile moderne. În sistemul prezent, latura morală a educației este absolut ignorată.

Civilizația modernă i-a slăbit pe băieții şi pe fetele noastre. Ei duc o viață artificială. Copii nasc copii. Există o degenerarea rasială. Cinematograful a devenit un blestem. El excită pasiunea şi emoția. În zilele noastre, la cinematograf, scene vulare şi jocuri imorale sunt transpuse chiar şi când arată poveşti din Mahabharata şi Ramayana. Din nou trebuie să reiterez cu forță că prezentul sistem de educație din India are nevoie imediat de o remodelare completă drastică.

Orice sistem de educație, care nu este bazat pe principiile Brahmacharya, şi nu are în curriculum un studiu obligatoriu al literaturii Sanscrite, nu va fi bun pentru Hinduşi. Este sortit eşecului! Cei care sunt responsabili cu sistemul de educație sunt ignoranți în privința acestui punct important; şi de aici numeroasele experimente nefericite în educație.
Profesorii de la unele colegii insistă ca studenții să poarte haine la modă. Ce păcat! Curățenia este

un lucru şi moda alt lucru. Aşa-zisa 'modă' îşi are rădăcinile în lucruri lumeşti şi în senzualitate. Curățenia vieții este foarte necesară pentru creşterea fizică şi spirituală. Băieții şi fetele suferă în tăcere din cauza ignoranței, din cauza folosirii incorecte a părților trupului care constituie o secare definitivă a vitalității. Aceasta retardează progresul mental şi fizic normal. Când sistemul uman este privat de secrețiile naturale, trebuie să există un declin corespunzător în energia nervoasă. Acesta este motivul pentru care apar dezordini funcționale. Numărul epavelor este în creştere.

Băieții tineri suferă de anemie, memorie proastă şi debilitate. Ei trebuie să-şi întrerupă studiile. Bolile sunt în creştere. Mii de injecții trebuie să fie aduse la farmacii, spitale şi dispensare. Mii de doctori şi-au deschis clinici şi magazine. Totuşi, mizeria creşte cu fiecare zi. Oamenii nu au succes în întreprinderile şi afacerile lor. Care este motivul pentru asta? Motivul nu este departe de căutat. Este datorat risipirii forței vitale a spermei prin obiceiuri rele şi relații sexuale nemoderate. Se datorează unei minți murdare şi unui trup murdar.

Datoria profesorilor şi părinților

Învățătorii şi profesorii au o datorie mare şi laborioasă în şcoli şi colegii pentru antrenarea studenților pe calea Sadachara sau conduita corectă şi de a le modela caracterul corespunzător. Brahmacharya include construirea caracterului sau modelarea corectă a caracterului. Se spune că cunoaşterea este putere. Dar eu afirm curajos, cu multă siguranță şi experiență practică despre caracter că este putere şi de asemenea despre caracter că este superior chiar şi cunoaşterii.

Toți ar trebui să faceți ce vă stă în putere să vă modelați caracterul cum trebuie. Întreaga viață şi succesul în viață depind în întregime de formarea caracterului. Toate marile persoane din această lume şi-au dobândit măreția prin caracter şi numai prin caracter. Persoanele faimoase briliante ale lumii şi-au câştigat laurii de faimă, reputație şi onoare prin caracter şi doar prin caracter.

Profesorii înşişi ar trebui să fie strict morali şi puri. Ei ar trebui înzestrați cu perfecțiune etică. Altfel, va fi ca orbul care conduce alt orb. Înainte de a începe lucrul, fiecare profesor ar trebui să

simtă responsabilitatea înaltă a poziției lui pe linia educației. Simpla realizare intelectuală în arta oferirii de cursuri simple nu va fi suficientă. Aceasta singură nu îi va împodobi pe profesori.

Când studenții ating vârsta maturității, anumite creşteri şi schimbări au loc în trupul fizic. Vocea se schimbă. Noi emoții şi sentimente apar. Natural, tinerii devin curioşi. Ei consultă băieții de pe stradă. Sunt sfătuiți greşit. Îşi ruinează sănătatea prin obiceiuri rele. O cunoaştere clară a sănătății sexuale, igienei şi Brahmacharya, despre cum să atingi longevitatea şi cum să controlezi pasiunea, ar trebui să le fie oferită. Părinții ar trebui să-i învețe pe copii diverse poveşti din Mahabharata şi Ramayana care au legătură cu Brahmacharya şi conduita corectă.

Părinții ar trebui să-şi sfătuiască copii, adesea, în legătură cu subiectul Brahmacharya-ei. Aceasta este datoria lor imperativă. Discuții sincere cu băieții şi fetele sunt foarte necesare când ei încep să arate semnele pubertății. Nu este de folos să discuți fără să atingi subiectul principal. Chestiunile care au legătură cu sexul nu ar trebui să fie ascunse. Va fi doar o falsă modestie dacă părinții se simt ruşinați să vorbească cu copii despre acest subiect important. Tăcerea doar va excita curiozitatea adolescentului. Dacă înțeleg aceste lucruri clar din timp, cu siguranță nu vor fi învățați greşit de colegi răi şi nu vor dezvolta obiceiuri rele.

Profesorii şi părinții ar trebui să dea instrucții potrivite băieților şi fetelor despre cum să ducă o viață curată prin Brahmacharya. Ei ar trebui să scape de sentimentul fals de modestie şi ruşine. Ei sunt destul de responsabili pentru ignoranța băieților şi fetelor. A existat multă suferință din cauza ignoranței în aceste chestiuni. Tu plăteşti prețul ignoranței, al modestiei false gândind că chestiunile despre sex şi psihologia sexuală nu ar trebui discutate. Profesorii şi părinții ar trebui să-şi dea silința să observe conduita tinerilor şi să imprime în mințile lor importanța vitală a vieții curate prin Brahmacharya şi pericolele unei vieți murdare. Pamflete despre Brahmacharya ar trebui să le fie distribuite gratis.

Demonstrații cu lanterne magice în legătură cu subiectul Brahmacharya-ei, despre viețile Brahmacharin-ilor din trecut, despre poveştile din Mahabharata şi Ramayana, ar trebui prezentate

regulat în şcoli şi colegii. Aceasta va fi de mare ajutor în elevarea şi inspirarea studenților la un standard moral ridicat.
O învățătorilor şi profesorilor! Treziți-vă acum! Antrenați-vă studenții pe calea Brahmacharya-ei şi a corectitudinii şi moralității. Făceți-i adevărați Brahmacharini. Nu neglijați această lucrare divină. Voi sunteți responsabili moral pentru această sarcină laborioasă. Această este Yoga voastră. Puteți avea realizarea-Sinelui dacă faceți această lucrarea cât puteți de bine. Fiți adevărați şi sinceri. Deschideți ochii acum. Explicați băieților şi fetelor importanța Brahmacharya-ei şi instruiți-i în diversele metode prin care ei pot păstra Veerya, forța-sufletului sau Atma-Sakti care este ascunsă în ei.

Profesorii care s-au disciplinat pe ei înşişi ar trebui sa aibă discuții private cu studenții şi să le ofere lecții practice regulate despre Brahmacharya. Rev. H. Packenham Walsh, care a fost director al S. RG. College, Tiruchirappali, cu câteva decenii în urmă, şi care mai tărziu a devenit episcop, obişnuia să aibă discuții regulate cu studenții lui despre Brahmacharya şi auto-control.
Destinul lumii stă în întregime pe umerii profesorilor şi studenților. Dacă profesorii îşi antrenează studenții în direcția bună, pe calea dreptății, lumea va fi plină de cetățeni ideali, Yoghini şi Jivanmuktas, care vor radia lumină, pace, fericire şi bucurie peste tot.

Binecuvântat este cel care cu adevărat se străduie să-şi transforme studenții în adevărați Brahmacharini. De două ori binecuvântat este cel care încearcă să devină un adevărat Brahmachari. Fie ca binecuvântările Domnului Krishna să fie asupra lor. Glorie învățătorilor, profesorilor şi studenților.

13. CÂȚIVA BRAHMACHARINI IDEALI

Hanuman

Părinții lui Hanuman au fost Anjana şi Pavana, zeul-vânt. El a fost numit Hanuman după numele oraşului Hanuman peste care unchiul, din partea mamei Parti Surya, domnea. Trupul lui Hanuman

era tare ca piatra. Astfel, Anjana l-a numit Vajranga. El a fost de asemenea cunoscut sub numele de Mahavir sau erou puternic, deoarece el a fost autorul mai multor fapte eroice. Celelalte nume ale lui sunt Balabhima şi Maruti.
Lumea nu a văzut încă, şi nici nu va vedea în viitor, un euro puternic precum Sri Hanuman. În timpul vieţii el a făcut minuni şi a realizat fapte supraomeneşti de putere şi valoare. El a lăsat în urmă un nume care, atâta timp cât lumea va dura, va continua să influenţeze minţile a milioane de oameni.

Hanuman este unul din cei şapte Chiranjivis. El a învăţat Sastra-ele de la zeul-soare. El este personificarea Brahmacharya-ei. El este cel mai înţelept dintre înţelepţi, cel mai puternic dintre puternici şi cel mai curajos dintre curajoşi. El este Sakti sau energia lui Rudra. Cel ce meditează asupra lui Hanuman şi repetă numele lui dobândeşte putere, tărie, glorie, prosperitate şi succes în viaţă. Hanuman este venerat în toate părţile din India, în special în Maharashtra.

Hanuman a avut puterea să-şi asume orice formă dorea, să-şi umfle corpul până la dimensiuni enrome şi să-l reducă până la dimensiunea unui deget. Puterea lui era supraomenească. El a fost teroarea Rakshasa-şilor şi demonilor. El a fost versat în cele patru Vede şi alte cărţi sacre. Valoarea lui, înţelepciunea, cunoaşterea scripturilor şi puterea supraomenească atrăgeau pe oricine venea lângă el. El a avut o îndemânare extraordinară în război.

Hanuman a fost mesagerul ales, războinicul şi servitorul lui Sri Rama. El a fost un adept şi un devotat al Domnului Rama. Rama a fost totul pentru el. El a trăit pentru al servi pe Rama. El a trăit în Rama. El a trăit pentru Rama. El a fost ministru şi prieten intim cu Sugriva.
Hanuman s-a născut în dimineaţa zilei a 8-a a lunii, Chaitra, în cea mai binecuvântată zi, Marţi. Încă de la naştere, Hanuman a făcut dovada unei puteri fizice extraordinare şi a lucrat multe miracole. Când a fost copil, el a sărit la soare şi l-a prins ca să-l mănânce. Toţi zeii au fost tulburaţi. Ei au venit cu mânile unite la copil şi cu umilinţă i-au cerut să elibereze soarele. Copilul a eliberat soarele la cererea lor.

Un Rishi a pus un blestem asupra lui. Hanuman pentru acțiunea lui greşită va rămâne inconştient de puterea lui imensă până când îl va întâlni pe Sri Rama şi î-L va servi cu devoțiune. Hanuman l-a văzut pe Sri Rama prima dată în Kishkinda. Sri Rama şi Lakshmana au venit acolo în timpul căutărilor lui Sita pe care Ravana a răpit-o. Imediat ce Hanuman l-a privit pe Sri Rama, el a devenit conştient de puterea şi tăria lui.

Hanuman a ars în întregime Lanka şi a adus lui Rama ştiri despre Sita. În marele război dintre Rama şi Ravana, Hanuman a omorât mulți eroi din armata Rakshasa. El a făcut multe acte supraomeneşti. Să care în spae un munte mare şi alte mari activități erau nimic pentru Hanuman. Toate acestea se datorau puterii Brahmacharya-ei.
Când marele război s-a terminat, vibhishana a fost instalat pe tronul din Lanka. Timpul exilului se încheiase. Sri Rama, Lakshmana, Sita şi Hanuman au stat în Pushpaka Vimana sau aeroplan şi au ajuns la Ayodhya la timp. Ceremonia de încoronare a Domnului Rama a fost celebrată cu mare triumf şi pompă. Sita a făcut cadou lui Hanuman un colier de perle.

Glorie lui Hanuman, binecuvântatul servitor al Domnului Rama. Glorie, glorie lui Sri Anjaneya, puternicul erou, războinic neânfricat şi învățat Brahmachari, aşa cum lumea nu a văzut încă şi nici nu va vedea în timpurile ce vor veni.
Să ne inspirăm din idealul vieții de Brahmacharya a lui Hanuman! Fie ca binecuvântările Lui să fie asupra tuturor. Să cântăm gloria Lui:
Jaya Siya Ram Jaya Jaya Siya Ram
Jaya Hanuman Jaya Jaya Hanuman
Jaya Siya Ram Jaya Jaya Siya Ram
Jaya Hanuman Jaya Jaya Hanuman

Sri Lakshmana

Lakshmana, fiul lui Dasaratha de la a doua soție Sumitra, a fost fratele mai tânăr al lui Sri Rama. El a fost un Avatara al lui Adisesha. El a fost companionul constant al lui Rama şi la plăcere şi la

durere. Rama şi Lakshmana au trăit, mâncat, s-au jucat şi au studiat împreună. Nu puteau suporta să fie separați. Lakshmana a fost servitorul iubitor al lui Sri Rama. El a îndeplinit întocmai toate comenzile lui Sri Rama. El a trăit în obedienţă perfectă faţă de Sri Rama. Lakshmana avea o dragoste frăţească pură şi neântinată. Obiectul vieţii lui a fost serviciul faţă de fratele mai mare. Obedienţa faţă de comenzile fratelui său a fost motto-ul vieţii sale. El nu ar fi făcut nimic fără permisiunea lui Rama. El îl considera pe Sri Rama ca Dumnezeul lui, Guru, tată şi mamă. El îl urma pe Rama ca o umbră.

Avea o inimă lipsită de egoism. A abandonat tot comfortul vieţii regale de bunăvoie doar pentru a fi în compania fratelui său. El a servit cauza lui Rama în toate felurile posibile. El a făcut cauza lui Rama propria lui cauză. A sacrificat fiecare consideraţie personală pe altarul dragostei frăţeşti. Sri Rama a fost totul pentru el. Lakshama putea să renunţe la orice, chiar şi la viaţă, de dragul lui Rama. El a abandonat într-o clipă pe mama lui, soţia şi comfortul regal pentru a-l urma pe Sri Rama şi Sita în exil. Ce suflet mărinimos! Ce mare Tyagi a fost el! Aici este un exemplu fără precedent, în istoria întregii lumi, a unui suflet dezinteresat, nobil şi devotat care a trăit numai pentru a-şi servi fratele. Acesta este motivul pentru care cititorii Ramayana îl elogiază pe Lakshmana pentru dragostea unică şi pură pentru fratele lui. Unii îl elogiază pe Bharata, în timp ce alţii vorbesc foarte înalt despre Hanuman, dar Lakshmana nu a fost inferior în nici un fel lui Bharata sau Hanuman.

Lakshmana l-a urmat pe Sri Rama pentru o perioadă lungă de paisprezece ani deşi era perfect conştient de pericolele pădurii. El l-a însoţit pe Rama cu arcul şi săgeata, deşi ajutorul lui nu era cerut de Visvamitra. Totul se datora devoţiunii sale şi dragostei către fratele lui Sri Rama.
Sri Rama avea de asemenea o dragoste intensă pentru Lakshmana. Când Lakshmana a căzut inconştient din cauza săgeţii fatale a lui Meghanda, inima lui Rama a fost frântă. El a plâns cu amărăciune. El a luat hotărârea să nu reviziteze Ayodhya după ce şi-a pierdut fratele. El a spus, "O soţie precum Sita poate fi găsită, dar un frate devotat de tipul lui Lakshmana nu poate fi găsit încă odată. Lumea este nimic pentru mine fără fratele meu."

Lakshmana era pur în gând, cuvânt şi faptă. El ducea o viață de Brahmachari ideal în timpul celor paisprezece ani petrecuți în exil. El niciodată nu s-a uitat la fața sau la trupul lui Sita. Ochii lui era întotdeauna îndreptați numai către picioarele ei. Când Sugriva a adus mantia lui Sita şi bijuteriile care, în timp ce era răpită, ea le-a lăsat să cadă pe pământ, văzând maimuțele pe munte - Rama le-a arătat lui Lakshmana şi l-a întrebat dacă le recunoaşte. Lakshmana a spus:
Naham Janami Keyure Naham Janami Kankane
Nupura Eva Janami Nityam Padabhivandanat
"Nu recunosc brățările sau cerceii; ştiu doar lanțurile de la glezne, pentru că îi venerez doar picioarele." Vedeți cum Lakshmana o venera pe Sita ca pe o mamă sau zeiță.

Meghanda, fiul lui Ravana, l-a cucerit chiar şi pe Indra, domnul zeilor. Prin virtutea acestei victorii, Meghanda a ajuns să fie cunoscut ca Indrajit. El avea avantajul de a fi invincibil mai puțin în fața celui care se putea abține de la tot felul de plăceri senzuale pentru cel puțin paisprezece ani. El nu putea fi cucerit. Dar Lakshmana l-a distrus prin puterea purității sale, prin puterea Brahmacharya-ei.

O Lakshmana! Îți vom cânta întotdeauna gloria şi vom repeta, "Ram Lakshman Janaki, Jai Bolo Hanuman Ki!" Fă-ne cunoştință cu iubitul nostru Domn Rama, fratele tău drag şi maestrul. Ajută-ne de asemenea în a păstra comuniunea cu Domnul Rama. O Lakshmana! Fii întotdeauna milos față de acei Sadhakas neofiți care bâjbâie în întunericul ignoranței! Învață-be secretul succesului şi ajută-ne să devenim celibatari de neclintit până la sfârşitul zilelor noastre. Încă odată, salutări ție, O Lakshmana, favoritul lui Sumitra şi mărul ochilor lui Sri Rama!

Bhisma

Tatăl lui Bhisma a fost Santanu, care era conducătorul lui Hastinapura. Mama sa era Ganga Devi. Numele lui inițial a fost Devavrata. El era o încarnare a lui Vasu Devata.
Într-o zi Santanu a mers în pădure, aproape de malul râului Yamuna, la vânătoare. El întâlnit o fecioară frumoasă. I-a spus, "Cine eşti tu? Ce faci aici?". Ea a răspuns, "Sunt fiica lui Dasaraja,

pescarul şef. Numele meu este Satyavati. Sunt angajată din ordinul lui să vâslesc pentru a traversa pasagerii cu barca peste râu."

Regele Santanu a vrut să se căsătorească cu ea. El a mers la Dasaraja şi i-a cerut consimțământul. Pescarul şef a răspuns, "Sunt gata să-ți dau fata în căsătorie. Dar, mai întâi, vreau să-mi faci o promisiune."
Regele a răspuns, "O, Dasaraja, ce doreşti? Voi face cu siguranță tot ceea ce îmi stă în putere."
Pescarul şeft a spus, "Fiul născut de fiica mea să-ți succeadă ca rege."
Santanu nu dorea să facă acest legământ față de pescarul şef, deoarece fiul său inteligent şi curajos Devavrata, pe care îl iubea mult, ar fi trebuit să abandoneze tronul. El nu ar mai fi fost moştenitor. Dar focul dragostei pentru fecioară îl ardea. El era într-o mare dilemă. A devenit din ce în ce mai palid şi nu se mai interesa de afacerile statului. Şi-a deschis inima către ministrul cel mai de seamă în care avea încredere, dar acesta din urmă nu a putut să-l sfătuiască în privința acestei chestiuni. Santanu a încercat să-şi ascundă dragostea pentru fecioară față de fiul său Devavrata.

Devavrata era înțelept şi foarte puternic. El a suspectat ceva şi s-a gândit că tatăl lui este nefericit. El i-a spus tătălui său, "O iubitul meu tată! Eşti prosper. Ai totul. Nu ar trebui să ai motive de anxietate. De ce eşti trist acum? Îți pierzi vigoarea şi tăria. Fii blând şi spune-mi motivul durerii tale. Sunt gata să fac tot ceea ce îmi stă în puteri ca să elimin acest motiv."
Regele a răspuns, "O iubitule Devavrata! Tu eşti singurul meu fiu. Dacă vreo calamitate se abate asupra ta voi rămâne fără fiu. Voi fi lipsit de rai. Tu eşti egal cu o sută de fii. Aşadar, nu vreau să mă recăsătoresc. Dar un fiu nu este fiu în concordanță cu vorbele Rishi-lor. Aceste gânduri îmi necăjesc mintea."

Drept rezultat, Devavrata, acompaniat de bătrânul ministru şi mulți Kshatriya respectabili, a mers la Dasaraja şi a pledat cauza tatălui său. El i-a cerut să-i dea fata în căsătorie tatălui său.
Pescarul şef a răspuns, "O bunule prinț" I-am spus dejat tatălui tău despre condiția cu care îi pot da fata să se căsătorească cu el."
Devavrata a spus, "O pescarule şef! Declar solemn acum că fiul care va fi născut de această fată îi

va succeda tatălui meu la tron. Voi face tot ceea ce doreşti.!
Pescarul şef a spus, "Apreciez mult caracterul tău nobil şi idealul înalt. Dar fii tăi îl pot exila în orice clipă pe fiul născut de fiica mea. Am dubii mari din această cauză."

Devavrata s-a rugat, "O Adevărule! Trăieşte în mine pentru totdeauna. Vino şi pătrunde-mi întrega fiinţă! Dă-mi tărie interioară să păstrez jurământul celibatului perfect pe care îl voi face acum în prezența acestor oameni!". Atunci cu hotărâre a spus pescarului şeft, "O Dasaraja! Ascultă ce spun. Toate femeile din lume sunt mamele mele. Eu sunt cel mai devotat şi loial servitor al Regelui din Hastinapura. Dacă voi murii fără fii, voi atinge tărâmul fericirii eterne şi al nemuririi."

Din ceruri în acel moment, fecioarele cereşti, zeii şi înțeleptii au aruncat flori asupra lui şi au spus, "Acesta este cu adevărat Bhishma, Teribilul!".
Pescarul şef a spus, "O prințule! Sunt pregătit acum să-mi dau fata în căsătorie tatălui tău." După care, pescarul şi fiica lui l-au acompaniat pe Devavrata la palatul lui Santanu. Bătrânul ministru l-a informat pe rege despre tot ceea ce s-a întâmplat. Monarhii care se adunaseră în sală au apreciat mult spiritul de sacrificiu extraordinar şi renunțarea de care a dat dovată Devavrata şi au spus, "Devavrata este cu adevărat Bhishma, Teribilul". De atunci Devavrata a purtat numele de Bhishma. Regele Santanu a fost foarte bucuros de conduita nobilă a fiului său şi i-a oferit ca binecuvântare darul morții la voință. El a spus, "Fie ca zeii să te protejeze! Moartea niciodată să nu vină la tine atâta timp cât doreşti să trăieşti".

Ce suflet exaltat! Acest exemplu nobil este unul fără precedent în istoria lumii. Nimeni în afară de Bhishma, pe suprafața pământului, nu a făcut un asemenea sacrificiu de dragul datoriei filiale la o asemenea vârstă fragedă. Datoria filială a lui Bhishma şi pietatea pot fi foarte bine să fie comparate cu cele ale Domnului Rama.
Bhishma era foarte ferm, în principiile lui. El era absolut liber de cea mai mică urmă de egoism. El era întruparea negării de sine şi a sacrificiului de sine. Puterea lui de îndurare şi răbdarea în toare încercările dificile prin care a trecut, erau minunate şi fără precedent. El era fără rival în tăria morală şi în curaj. Toți bărbații îl onorau. Toți şefii Kshatriya îl omagiau. El era un Yoghin

puternic şi un înțelept. El era deasupra conştiinței trupului. El se odihnea în propria lui Satchidananda Svarupa. Acesta este motivul pentru care era calm şi senin chair şi când era străpuns de săgeți ascuțite. Stând pe un pat de săgeți ascuțite care era la fel de moale ca un pat din flori pentru el, a ținut lui Yudhishthira mai multe discursuri politice, filosofice şi religioase, asupra subiectelor sociale şi morale.

Ai auzit de cineva, în afară de Bhishma, în istoria lumii, care a putut să țină asemenea discursuri înălțătoare şi sublime pe patul de moarte? Bhishma şi-a dat viața pentru alții. El a trăit pentru a servi şi eleva pe ceilalți. Viața nobilă dusă de sufletul înalt Bhishma încă inspiră prin forța voinței, virtuți autentice în cei care îi studiază discursurile în Santi Parva. Bhishma a murit cu mult, mult timp în urmă, dar vocea lui în Santi Parva şi idealul său şi viața exaltată trezesc oamenii adormiți la acțiune, dreptate, datorie şi cercetare, Tapas riguros şi meditație, chiar şi astăzi.
Glorie lui Bhishma, a cărui viață exemplară în Brahmacharya inspiră inimile noastre chiar şi astăzi şi ne elevează mințile la înălțimile mari ale gloriei divine şi splendorii.

SECȚIUNEA III. TEHNICI DE SUBLIMAREA SEXUALĂ

14. SUPRIMARE ŞI SUBLIMARE

În practica Brahmacharya, ceea ce se doreşte este elimnarear poftei, nu reprimarea. Reprimarea dorinței sexuale nu înseamnă eradicare. Nu poți fi liber niciodată de ceea ce reprimi. Dorința sexuală reprimată te va ataca iar şi iar şi va produce vise ude, iritabilitate şi nestatornicia minții. Reprimarea dorinței sexuale nu te va ajuta mult. Dacă pofta este suprimată, ea se va manifesta din nou cu forță dublă când se iveşte o oportunitate, când voința devine slabă, când Vairagya dispare, când există o reducere în mediație sau în Sadhana Yoghină, când devii slab sau datorită atacului unei boli.

Nu încerca să fugi de femei. Atunci Maya te va urmări teribil. Încearcă să vezi Sinele în toate formele şi repetă formula "Om Ek Sat-Chit-Ananda Atma" foarte des. Ține minte că Atman este fără sex. Repetarea mentală a acestei formule îți va da putere.

Oamenii ignoranți adoptă metode prosteşti pentru a omorâ Indriyas-urile. Ei eşuează în final. Multi aspiranți proşti amputează organul de reproducere. Ei gândesc că pofta poate fi eradicată printr-o asemenea procedură. Ce act prostesc imens! Pofta este în minte. Dacă mintea este îngenuncheată, ce poate face organul extern? Unii înghit tone de nux vomica pentru a omorâ organul. Ei eşuează în tentativele lor de a fi centrați în Brahmacharya. Starea minții lor rămâne aceiaşi, deşi devin impotenți din cauză ca iau nux vomica.

Ceea ce se doreşte este controlul judicios al Indriyas-urilor. Indriyas-urile nu ar trebui să fie lăsate să alerge slobode în rutine senzuale. Ele nu ar trebui să fie lăsate să ne arunce fără milă în groapa adâncă a lucrurilor lumeşti, precum un cal nărăvaş care îşi aruncă din şa călărețul ori de câte ori doreşte.

Brahmacharya înseamă control, dar nu reprimarea, dorinței sexuale sau a forței sexuale. Mintea trebuie să fie purificată prin meditație, Japa, Kirtan şi rugăciune. Dacă mintea este plină cu gânduri sublime divnine prin meditație, Japa, rugăciune şi studiul scripturilor sfinte, dorința sexuală va fi devitalizată sau de-energizată prin retragerea minții. Mintea de asemenea va fi subțiată.

De la energia sexuală la energia spirituală

Energia sexuală trebuie să fie transmutată în energie spirituală sau Ojas Sakti prin practica Japa, rugăciunii, meditației, studiului cărților religioase, Pranayama şi Asana. Trebuie să dezvolți devoțiune şi dorință arzătoare pentru eliberare. Trebuie să meditezi constant la ceea ce este pur, nemuritor, fără sex, fără trup, la Atman cel fără dorință. Numai atunci dorința sexuală va fi anihilată.

Dacă energia sexuală este transmutată în Ojas sau energie spirituală prin gânduri pure, se numeşte sublimare sexuală în psihologia vestică. Sublimarea nu este o chestiune de reprimare sau înăbuşire, ci un proces de conversie dinamic, pozitiv. Este procesul de a controla energia sexuală, de a o conserva, şi apoi de a o îndrepta către canalele mai înalte, şi în final, de a o transforma în energie spirituală sau Ojas Sakti.

Energia materială este schimbată în energie spirituală, la fel cum căldura este schimbată în lumină şi electricitate. La fel cum o substanță chimică este sublimată sau purificată prin ridicarea temperaturii substanței şi transformarea ei în vapori care din nou sunt condensați în formă solidă, tot aşa, energia sexuală este purificată şi schimbată în energie divină prin Sadhana spirituală.
Ojas este energie spirituală care este stocată în creier. Prin întreținerea de gânduri sublime, care elevează sufletul, despre Sine sau Atman, prin meditație, Japa, venerare şi Pranayama, energia sexuală poate fi transmutată în Ojas Sakti şi stocată în creier. Această energie stocată poate fi atunci utilizată pentru contemplare divină şi scopuri spirituale.

Mânia şi energia musculară pot de asemenea să fie transmutate în Ojas. Un om care are o mare cantitate de Ojas în creier poate realiza o lucrare mentală imensă. El este foarte inteligent. El are ochi strălucitori şi fața lui are o aură magnetică. El poate influența oameni rostind doar câteva cuvinte. Un scurt discurs al său produce o impresie uluitoare în mințile ascultătorilor. Vorbirea lui este extraordinară. El are o personalitate care inspiră respect. Sri Sankara, un Akhanda Brahmachari,, a lucrat minuni prin puterea lui din Ojas. Un Yoghin întotdeauna îşi direcționează atenția spre acumularea acestei energii divine prin castitate neântreruptă.
În Yoga, se numeşte Oordhvaretas. Un Yoghin Oordhvareta este cel în care energia seminală curge în sus către creier ca Ojas Sakti. Nu mai există acum posibilitatea ca sperma să curgă în jos din cauza excitării sexuale

Secretul sublimării sexuale

Conform ştiinței Yoga, sperma există în formă subtilă în tot corpul. Ea se găseşte în stare subtilă în toate celulele trupului. Ea este extrasă şi elaborată în formă grosieră în organul sexual sub influența voinței sexuale şi excitării sexuale. Un Yoghin Oordhvareta nu doar transformă sperma în Ojas, ci opreşte prin puterea sa Yoghină, prin puritatea gândului, cuvântului şi a faptei, chiar formarea spermei de către glandele de secreție ale testicolelor. Aceste este un mare secret. Alopații cred că şi într-un Yoghin Oordhvareta, formarea spermei continuă fără oprire şi că fluidul este reabsorbit în sânge. Aceasta este o greşală. Ei nu înțeleg misterele şi secretele

interioare Yoghine. Ei sunt în întuneric. Drishti-ul lor sau viziunea este preocupată cu lucrurile grosiere ale universului. Yoghinul penetrează în natura subtilă ascunsă a lucrurilor prin Chakshu Yoghină sau înțelepciunea viziunii interioare. Yoghinul obține controlul asupra naturii astrale a spermei şi prin aceasta previne formarea fluidului însăşi.

Trupul unui om care este cu adevărat un Oordhvaretas are mirosul unui lotus. Un om care nu este un Brahmachari, în care sperma grosieră este formată, poate, de cealaltă parte, să miroasă ca o capră. Sperma se usucă în cei care practică Pranayama cu seriozitate. Energia seminală ascensionează către creier. Ea este stocată ca Ojas Sakti sau energie spirituală şi vine înapoi ca Amrita sau nectar.

Procesul sublimării sexuale este extrem de dificil. El necesită o Sadhana constantă şi susținută şi o disciplină perfectă. Acel Yoghin care a realizat sublimarea perfectă are un control perfect asupra poftei trupeşti. Sublimarea completă este realizată prin meditație neâncetată asupra lui Atman şi realizarea de Sine. Acel Yoghin sau Jnani care a atins cea mai înaltă Nirvikalpa Samadhi, în care semințele Samskaras-urilor au fost arse complet, poate pretinde că este un Oordhvaretas perfect sau o persoană care a reuşit sublimarea sexuală completă. Nu mai există frică de cădere. El este perfect sigur. El va fi absolut liber de impuritate. Acest stagiu este unul foarte înalt. O minoritate microscopică doar au atins această stare sublimă exaltată. Sankara, Dattatreya, Jana Deva şi alții au atins acest nivel.

Există o altă sectă numită "Dhiryaretas", sau acele persoane, care, înainte au căzut pradă gândurilor adultere şi au deviat de la Brahmacharya, iar mai târziu încep să practice celibatul strict. O asemenea persoană, dacă practică celibatul strict timp de doisprezece ani, poate dobândi puteri supraomeneşti. Medha Nadi sau Buddhi Nadi este format în el. Prin intermediul acestuia, el poate avea o memorie perfectă atâta timp cât trăieşte, şi el va fi în poziția de a învăța tot felul de subiecte.
Prin păstrarea Brahmacharya-ei neântrerupte în gând, cuvânt şi faptă pentru o perioadă de doisprezece ani, un om este binecuvântat chiar şi cu viziunea lui Dumnezeu, dacă aspiră la asta.

El poate rezolva cea mai obscură şi complicată problemă uşor. Dar, acest tip de penitență trebuie să înceapă înainte de treiezci şi doi sau treizeci şi patru de ani.

Yoghinul care s-a disciplinat pe sine însuşi prin Sadhana susținta neântreruptă, meditație continuă, Pranayama şi vichara Atmică, practica Sama, Dama, Yama şi Niyama, este de asemeni sigur, deşi el nu a atins stadiul sublimării sexuale perfecte. Femeile nu îl vor atrage. El şi-a subțiat mintea. Mintea este înfometată până la moarte. Ea nu poate să-şi mai ridice gluga. Ea nu poate să mai şuiere.

Sublimarea totală este dificilă, dar nu imposibilă

Procesul sublimării sexuale este foarte dificil, şi totuşi, este cel mai necesar pentru aspirant pe calea spirituală. El este cel mai important pentru Sadhaka, indiferent dacă el este pe calea Karma Yoga, Upasana, Raja Yoga sau Vedanta. Este necesitatea fundamentală pentru un aspirant. Dacă cineva are aceasta calificare sau merit, toate celelelate merite vor veni şi se vor agăța de el. Toate calitățile bune vor veni singure. Trebuie să realizezi asta cu orice cost. Vei încerca cu siguranță în naşterile viitoare. Dar de ce nu acum?

Anihilarea totală a dorinței sexuale este idealul spiritual ultim. Sublimarea completă singură te va face liber. Dar, sublimarea perfectă cu greu poate fi dobândită într-o zi sau două. Ea cere o luptă continuă cu răbdare şi perseverență pentru o perioadă de timp. Chiar şi familiştii ar trebui să păstreze în fața lor acest ideal şi să încerce să-l realizeze gradat. Dacă starea de sublimare perfectă este atinsă, va exista puritate în gând, cuvânt şi faptă. Nici un gând sexuale nu va intra în minte niciodată.

Prin Vichara constantă şi Brahma-Bhavana mintea este oprită de a mai zăbovi asupra gândurilor sexuale. Trebuie să elimini nu doar dorința sexuală şi impulsurile sexuale ci şi atracția sexuală. Gândeşte-te la mizeriile pe care le obții de la căsătorie cu variatele complicații şi legături. Fă mintea să înțeleagă prin autosugestie repetată că plăcerea sexuală este falsă, fără valoare, iluzorie şi

plină de durere. Pune în fața minții avantajele, fericire, putere şi cunoaştere ale vieții spirituale. Fă-o să înțeleagă că viața eternă, exaltată stă în nemuritorul Atman. Când aude constant aceste sugestii, ea va renunța încet la vechile obiceiuri. Atracția pentru sex va muri încet. Doar atunci sublimarea sexuală reală va avea loc. Doar atunci vei deveni un Yoghin Oordhvareta.

Există două tipuri de forțe în minte, şi anume, forțe ostile sau antagonistice şi forțe prietene sau favorabile. Pasiunea este o forță ostilă care te trage în jos. Rațiunea pură este o forță favorabilă care te elevează şi te transmută în Divinitate. Dezvoltă aşadar, copilul meu, rațiunea pură pentru a obține fericirea pură şi cunoaşterea Brahmică supremă. Pasiunea va muri singură.

Sublimarea sexuală poate fi atinsă dacă doreşti asta. Calea este destul de clară, dreaptă şi uşoară dacă o înțelegi şi dacă aplici cu răbdare, perseverență, determinare şi voință puternică, dacă practici disciplina Indrias-urilor, conduita corectă, gândirea corectă, acțiunea corectă, meditația regulată, afirmația, auto-sugestia şi cercetarea "Cine sunt?". Atman este fără sex. Atman este Mirvikara. Simte asta. Poate exista vreo urmă de poftă trupească sau impuritate în eternul, curatul Atman?

Glorie acelor Yoghini care au devenit Oordhvaretas sau au atins sublimarea sexuală completă şi care se odihnesc în propria lor Svarupa! Fie ca toți să practicăm celibatul perfect prin practica Sama, Dama, Viveka, Vichara, Vairagya, Pranayama, Japa şi Dhyana şi ating țelul vieții! Fie ca Cel ce trăieşte în inimile noastre să ne dăruiască tărie spirituală pentru a controla Indryas-urile şi mintea! Fie ca toți să devenim Yoghini Oordhvaretas precumSankara şi Jnana Dev din timpurile trecute! Fie ca binecuvântările lor să fie asupra noastră!

15. SĂ TE CĂSĂTOREŞTI SAU NU

Este celibatul posibil?

Este foarte posibil pentru un om să practice cebliatul în timp ce rămâne în lume, în ciuda faptului că sunt diverse feluri de tentații şi distracții. Mulți au realizat asta în timpurile străvechi. Sunt mulți chiar şi în timpurile prezente de asemenea. O viața disciplinată, o dietă moderată şi Sattvică,

studiul scripturilor religioase, Satsanga, Japa, Dhyana, Pranayama, introspecția zilnică şi cercetarea, auto-analiza şi auto-corecția, Sadachara, practica Yama şi Niyama, Tapas-ul fizic, verbal şi mental în concordanță cu învățăturile capitolului 17 al Gita, toate vor pava calea lungă în atingerea acestul punct final. Oamenii duc o viață neregulată, nemoderată, ireligioasă, nedisciplinată. Din această cauză ei suferă, şi eşuează în realizarea țelului vieții. La fel cum un elefant îşi aruncă nisip în cap, tot aşa, ei înşişi aduc dificultăți şi necazuri pe capul lor din cauza prostiei lor.

Cei ce practica Brahmacharya în general se plâng că obosesc mental datorită continenței. Aceasta este doar o decepție a minții. Uneori ai pseudo-foame, în timp ce atunci când chiar stai la masă, nu ai apetit şi nu mănânci nimic. Tot aşa, există o falsă oboseală mentală. Dacă păstrezi Brahmacharya, vei avea o tărie mentală imensă. Nu vei putea să o simți întotdeauna. O vei manifesta când apare ocazia, în acelaşi fel cum un luptător îşi manifestă puterea fizică în arenă, deşi el se simte un om normal în timpul zilei.

Continența nu este dăunătoare. Ea conservă energia. Este dătătoare de putere imensă şi pace. Indulgența sexuală duce la faliment moral şi spiritual, moarte prematură, şi pierderea facultăților, talentelor şi capacităților.
Practica celibatului nu este însoțită de nici un pericol sau de vreo boală grea sau rezultate nedorite precum diverse complexe care îi sunt greşit atribuite de psihologii vestici. Ei nu au o cunoaştere practică a subiectului de față. Ei au o imaginație greşită că energia sexuală asumă deghizat variate forme de complexe precum fobia atingerii. Complexul se datorează altor cauze. Este o stare morbidă a minții datorată geloziei excesive, urii, mâniei, fricii şi depresiei aduse de cauze variate.

Din contră, chiar şi puțină înfrânare sau puțină practică a continenței este un ideal "ridică-mă". Ea dă tărie interioară şi pace a minții. Ea invigorează mintea şi nervii. Ea ajută la conservarea energiei fizice şi mentale. Îmbunătățeşte memoria, voința şi puterea creierului. Oferă tărie imensă, vigoare şi vitalitate. Ea renovează sistemul sau constituția, reconstruieşte celulele şi țesuturile, energizează digestia şi dă puterea de a face față dificultăților în bătălia zilnică a vieții. Virtuțile speciale ale

îndurării şi curajului sunt intim conenctate cu cultivarea castității. Un celibatar perfect poate muta lumea, poate stopa valurile oceanului precum Domnul Iisus, poate distruge munți, poate comanda natura şi cele cinci elemente precum Jnana Dev. Nu există nimic în cele trei lumi care să nu poată fi realizat de el. Toate Siddhis-urile şi Riddhis-urile se rostogolesc la picioarele lor.

Un argument prostesc al materialiştilor

Unii oameni ignoranți spun: "Nu este corect să oprim pasiunea. Nu trebuie să mergem împotriva naturii. De ce a creat Dumnezeu femei tinere şi frumoase? Trebuie să existe sens în creația Lui. Ar trebui să ne bucurăm de ele şi să procreăm cât mai mulți copii posibil. Ar trebui să păstrăm linia urmaşilor. Dacă toți oamenii ar deveni Sannyasini şi ar merge în păduri, ce se va întâmpla cu această lume? Se va sfârşi. Dacă oprim pasiunea, ne vom îmbolnăvi. Trebuie să avem mulți copii. Există fericire într-o casă când avem mulți copii. Fericirea vieții căsătorite nu poate fi descrisă în cuvinte. Este a-fi-totul sau a-termina-totul în viață. Nu îmi plac Vairagya, Tyaga, Sannyasa şi Nivritti". Aceasta este filosofia lor crudă. Ei sunt descendenți direcți ai lui Charvaka şi Virochana. Ei sunt membri pe viață ai şcolii Epicureane ai gândului. Lăcomia este țelul vieții lor. Mulți sunt cei care îi urmează. Ei sunt prietenii lui Satan. Admirabilă este filosofia lor!

Când îşi pierd proprietățile, soția şi copii, când suferă de o boală incurabilă, vor spune, "O Dumnezeule, eliberează-mă de această boală teribilă. Iartă-mi păcatele. Sunt un mare păcătos." Pasiunea ar trebui oprită cu orice preț. Nici o singură boală nu vine prin oprirea pasiunii. Din contră, vei avea o putere imensă, bucurie şi pace. Există de asemenea metode eficiente pentru a controla pasiunea. Un om ar trebui să ajungă la Atman, care este dincolo de natură, mergând împotriva naturii. La fel cum un peşte înoată împotriva curentului într-un râu, tot aşa, şi tu va trebui să te mişti împotriva curenților lumeşti ai forțelor rele. Doar atunci poți avea relizarea de Sine. Pasiunea este o foță malefică; şi ar trebui să fie oprită dacă doreşti să te bucuri de fericire Atmică nepieritoare. Plăcerea sexuală nu este deloc plăcere. Este o deziluzie mentală. Este însoțită cu pericole, durere, frică, eforturi şi dezgust. Dacă ştii Yoga sau ştiința lui Atman, poți foarte uşor să controlezi această maladie groaznică, care este pasiunea. Dumnezeu vrea să te bucuri de fericirea

lui Atman, care poate fi obținută renunțând la toate aceste plăceri ale acestei lumi. Aceste femei frumoase şi bogăția sunt instrumente ale Maya pentru a te păcăli şi atrage în plasa ei. Dacă vrei să rămâi întotdeauna un om lumesc cu gânduri joase, dorințe înjositoare, poți să faci asta. Ai libertate totală. Te poți căsători cu treisute cincizeci de soții şi poți face la fel de mulți copii. Nimeni nu te poate opri.

Dar vei afla curând că această lume nu îți poate da satisfacția pe care o vrei, deoarece toate obiectele sunt condiționate în timp, spațiu şi cauzalitate. Există moarte, boală, bătrânețe, griji, anxietăți, frică, pierdere, eşecuri dezamăgitoare, abuzul, căldura, frigul, muşcăturile de şarpe, înțepăturile scorpionilor, cutremurele şi accidentele. Nu poți deloc să afli pacea minții nici măcar pentru o secundă.
Cum mintea este plină cu pasiune şi impuritate, înțelegerea ta este întunecată şi intelectul este pervertit acum. Nu eşti în stare să înțelegi natura iluzorie a universului şi fericirea eternă a lui Atman.

Pasiunea poate fi oprită eficient. Există metode potente. După oprirea pasiunii, te vei bucura de fericirea reală din interior a lui Atman. Nu toți bărbații pot deveni Sannyasini. Ei au diverse legături şi atașamente. Ei sunt pasionați şi nu pot, aşadar, părăsi lumea. Ei sunt țintuiți de soții, copii şi proprietate. Propunerea ta este în întregime greşită. Este Asambhava. Este imposibilă. Ai auzit în analele istoriei lumii că această lume a devenit vacantă deoarece toți bărbații au devenit Sannyasini? Atunci, de ce aduci în discuție această propunere absurdă? Aceasta este o şmecherie ingenioasă a minții de a sprijini argumentele prosteşti şi filosofia satanică, care are pasiunea şi gratificarea sexuală drept principii importante. Nu mai vorbi aşa în viitor. Asta dovedeşte prostia ta şi natura ta pasională. Nu te preocupa cu această lume. Vezi-ți de treabă. Dumnezeu este atotputernic. Chiar dacă această lume este complet evacuată când toți oamenii se vor retrage în păduri, Dumnezeu imediat va crea zeci de milioane de oameni doar prin simpla voință, într-o clipită. Nu e grija ta asta. Găseşte metode pentru a eradica pasiunea.

Mariajul nu poate fi considerat un factor indispensabil în viața fiecăruia. Mai degrabă, un adevărat

aspirant ar trebui cu siguranță să se distanțeze, de cătușele vieții de familie. Pentru el, mariajul constituie un blestem; în timp ce pentu un om cu o dispoziție pentru pofte trupeşti pentru care este extrem de dificil să treacă peste pasiunea carnală, este un fel de îngrădire şi o supapă de protecție pentru nesăbuința lui morală. Mariajul este aşadar, prescris pentru cei - şi se aplică majorității oamenilor - care nu sunt încă pregătiți pentru o viață de înfrânare absolută şi astfel este considerat de ei ca un angajament solemn, şi cu siguranță nu ca o licență pentru plăceri.

Nu este neapărat necesar ca fiecare om născut în această lume să se căsătorească. Mariajul este menit să reguleze viața unui om în lume. Fără instituția mariajului în societate, viața ar deveni neregulată şi bestială. Dar, unde nu există pasiune în inimă, unde dorința pentru Dumnezeu este puternică, unde există o tendință pentru scopuri spirituale, mariajul nu este obligatoriu. Un asemenea om poate duce o viață de Naishthik Brahmachari.

Părinții nu ar trebui să-şi forțeze fii să se căsătorească. Ei ar trebui să nu pună piedici Samskaras-urilor spirituale ale copiilor lor. Mulți tineri în care există o trezire spirituală îmi scriu cuvinte vrednice de milă: "Dragă Swmiji, inima mea bate pentru lucuri spirituale mai înalte. Nu mă interesează chestiunile lumeşti. Circumstanțele nu sunt favorabile. Sunt înlănțuit în plasele mariajului. Părinții mei m-au forțat, mai mult împotriva voinței mele, să mă căsătoresc. A trebuie să fac pe plac părinților mei. Ei m-au amenințat în diverse feluri. Acum plâng. Ce să fac?" Băieți tineri, care nu au nici o idee despre această lume şi această viață, sunt căsătoriți de la vârsta de opt sau zece ani.

Vedem copii care nasc copii. Sunt mame copii. Un băiat de optsprezece ani are trei copii. Ce stare a lucrurilor oribilă! Mariajele timpurii au adus pierderea timpurie a spermei. Există degenerare fizică şi mentală. Nu mai există longevitate. Toți trăiesc puțin. Naşterea frecventă distruge sănătatea femeilor şi aduce în trup alte dureri.

Ai adoptat diverse obiceiuri din Vest în chestiuni legate de îmbrăcăminte şi modă. Ai devenit o creatură a imitațiilor groaznice. Ei, în Vest, nu se căsătoresc dacă nu sunt în stare să mențină decent

o familie. Ei au mai mult control. Mai întâi îşi asigură o stare decentă în viaţă, câştigă bani, economisesc ceva şi apoi doar se gândesc la mariaj. Dacă nu au suficienți bani, rămân celibatari toată viața. Ei nu vor să aducă cerşetori în această lume în aceiaşi manieră în care o faceți voi. Cel ce a înțeles magnitudinea suferinței umane în această lume nu va îndrăzni niciodată să aducă pe lume nici măcar un singur copil din pântecul unei femei.

Natura dragostei dintre soț şi soție

Dragostea dintre soț şi soție este în principal fizică, egoistă şi ipocrită. Nu este constantă. Este de efemeră şi schimbătoare. Este doar pasiune carnală. Este apetit sexual. Este întinată cu emoții joase. Este de natură bestială. Ea este finită. Dar dragostea divină este infinită, pură, atotpătrunzătoate şi eternă. Nu se pune problema divorțului aici.
În realitate, nu există uniune internă între soț şi soție în marea majoritate a cazurilor. Savitri şi Satyavan, Atri şi Anasuya sunt foarte, foarte rare în aceste zile. Pentru că soții şi soțiile sunt uniți la exterior numai pentru scopuri egoiste, există doar zâmbet şi dragoste externă. Este doar un spectacol.

Pentru că nu există uniune adevărată în inima inimilor, există întotdeauna un fel de fricțiune şi ruptură, fețe încruntate şi cuvinte fierbinți, în fiecare casă. Dacă soțul nu îşi duce soția la cinema, vor exista lupte în casă. Poți numi asta dragoste adevărată? Este o afacere mercenară, comercială.

Din cauza poftei trupeşti, bărbații şi-au pierdut integritatea, independența şi demnitatea. Ei au devenit sclavii femeilor. Ce spectacol vrednic de milă vezi! Cheia este cu soția, şi chiar pentru două rupii, soțul trebuie să întindă mâna spre ea. Cu toate acestea el spune, din cauza iluziei şi intoxicării pasiunii, "Am o soție dulce, iubitoare. Ea este cu adevărat o Mira! Poate fi cu avedărat venerată!"
În dragostea mercenară, nu poate exista fericire adevărată între cei doi, iubitorul şi persoana iubită. Dacă soțul este pe moarte, soția ia carnetul de cecuri şi pleacă la mama ei în linişte. Dacă soțul îşi pierde serviciul pentru un timp, soția se încruntă, vorbeşte cuvinte aspre şi nu îl serveşte

corespunzător cu dragoste. Aceasta este dragostea egoistă. Nu există afecțiune adevărată din centrul inimii. Astfel există întotdeauna certuri, lupte şi Asanti în casă. Soții şi soțiile nu sunt uniți cu adevărat. Ei continuă totuşi, să ducă o existență lipsită de bucurii.

Pasiunea nu este deloc dragoste. Este instinct animalic. Este dragoste carnală. Este de natură bestială. Este schimbătoare. Dacă soția îşi pierde frumusețea din cauza unei maladii incurabile, ea obține divorțul iar soțul se căsătoreşte cu o altă soție. Această stare a lucrurilor este prezentă peste tot în lume.
Un soț îşi iubeşte soția nu de dragul soției, ci de dragul lui însuşi. El este egoist. El aşteaptă plăcere senzuală de la ea. Dacă lepra sau variola îi distrug frumusețea, dragostea lui pentru ea încetează. Când soția moare, soțul este înecat în durere, nu datorită pierderii partenerului iubitor în viață, ci deoarece el nu poate obține plăcere sexuală acum.

Când soția este tânără şi frumoasă, îi admiri părul cârlionțat, obrajii roşii, nasul fin, pielea strălucitoare şi dinții albi. Când îşi pierde frumusețea din cauza unei maladii incurabile cronice, ea nu mai reprezintă o atracție pentru tine. Te căsătoreşti cu o a doua soție. Ți-ai iubit prima soție cu Atma-Bhav, dacă ai fi avut înțelegere cuprinzătoare că Sinele în tine şi în soția ta este la fel, dragostea pentru ea ar fi fost pură, neegoistă, nepieritoare şi neschimbătoare.
Doar Jnana instensifică Prem şi o face să dăinuie.

Dragostea fizică este animalism. Dragostea trupului sau pielii este pasiune. Este pasiune exaltată şi rafinată. Este grosieră şi senzuală. Pasiunea pentru carne sau trup nu este pură sau dragoste reală. Ea este doar Moha sau infatuare născută din ignoranță. Faci păcate şi îți omori sufletul din cauza acestei pasiuni.
Chiar şi surorile noaste cu faimă proastă arata pentru un timp dragoste abundentă, zâmbet dulce şi cuvinte de miere către clienți. Fac asta atâta timp cât pot extrage bani. Poți numi asta dragoste şi fericire reală? Spune-mi sincer. Există viclenie, diplomație, necinste şi ipocrizie aici. Nu există elementul de sacrificiu în această dragoste.

Să fii un celibatar? Sau un familist?

Numai pentru oamenii pătimaşi viaţa de familie sau Grihastha Ashram este recomandată, deoarece ei nu pot să-şi controleze pofta trupească. Dacă o persoană este născută cu suficiente Samskaras spirituale, Viveka şi Vairagya înăscute, precum Sankara sau Sadasiva Brahman, el nu trebuie să intre în Grihashtha Ashram. El va îmbrăţişa Sannyasa şi va lua asupra lui Naishthik Brahmacharya. Srutis de asemenea sprijină asta. Spune Jabala Upanishad: "Renunţă la lume chiar în ziua în care obţii Vairagya".

Pentru unii, căsătoria împiedică progresul spiritual; pentru alţii, ajută. Pentru Raja Bhartrihari, a fost un obstacol; pentru sfântul Tukaram, a fost un ajutor. Omul ajunge la acelaşi ţel pe un drum mai lung. Haideţi să facem drumul mai scurt. Să preferăm scurtătura în locul plimbării lungi. Aceasta doreşte omul întotdeauna.

O viaţă de celibat este de o sută de ori mai bună decât o viaţă de Grihasthi. Cred în celibat, pentru că este lucrul care scoate la lumină puterile ascunse din om. Brahmacharya este calea dreaptă către realizarea lui Dumnezeu; mariajul este drumul şerpuit. Primul este preferabil faţă de ultimul, dar omul alege calea din urmă din cauza pasiunilor joase.

Realizarea Sinelui, totuşi, nu este negată chiar şi unui Grishasthi doar pentru că el poartă pe umeri povara familiei. Sfântul Tukaram a fost căsătorit de două ori şi a avut copii; totuşi, el a ajuns la Vaikuntha într-o Vimana sau aeroplan. Dacă perspectiva ta asupra vieţii lumeşti este simplă, adevărată şi onestă, dacă viitorul tău partener este o persoană pioasă şi care se va supune ţie în toate chestiunile, nu e nici o problemă să te căsătoreşti. Dar dacă viaţa în cuplu este mai probabil să fie o povară, un blestem, de ce ar trebui cineva să se căsătorească şi să se prindă în lanţuri care nu pot fi tăiate dintr-o lovitură?

Dacă vrei să păstrezi celibatul strict, nu te căsători. Nu te lăsa păcălit spunând; "Voi observa

celibatul strict după căsătorie." După aceea îți vor fi oferite alte argumetne pentru a renunța la jurământul celibatului. Dharma ta este realizarea lui Dumnezeu.
Ai avut suficiente ocazii de a-ți satisface plăcerile sexuale în precedentele trupuri de diverse animale. Viața animală este menită pentru satisfacerea poftelor joase ale sexului şi ale limbii, dar viața umană este menită pentru scopuri mai înalte. De ce tu, omule, arzi copacul de santal pentru a servi scopul cărbunelui? Această viață umană este foarte prețioasă, invidiată chiar şi de zei. O viață pierdută înseamnă o oportunitate de aur pierdută în aflarea lui Dumnezeu.

Plăcerea senzuală este amăgitoare. Atâta timp cât o persoană nu posedă obiectul dorinței, există ataşament. După obținerea obiectului dorit, el află că este încurcat în el. Celibatarul se gândeşte zi de zi la mariaj, dar acesta nu poate să-i aducă satisfacție. Departe de asta, doar îi agravează şi intensifică dorința şi îi face mintea mai greu de stăpânit prin pasiune şi dorință. El realizează că este într-o puşcărie. Aceasta este o păcăleală a Maya-ei. Lumea este plină de tentații.

Nu poți găsi fericirea în obiectele lumii. Este doar otravă materialistă. Mai mult, mariajul este o închisoare pe viață. Este cea mai mare legătură pe pământ. Celibatarul care a fost odată liber este subjugat iar mâinile şi picioarele lui sunt încătuşate. Aceasta este experiența tuturor oamenilor căsătoriți. Aşadar, nu te căsători dacă este posibil. Scăparea va fi dificilă după căsătorie. Realizează gloria unei vieți pe calea spirituală şi marile dificultăți, anxietăți, temeri şi necazuri care însoțesc mariajul. Dezvoltă Vairagya intensă. Revendică-ți dreptul din naştere la realizarea conştiinței lui Dumnezeu.
Nu eşti tu însuşi Brahman în adevăr?

O soție este un cuțit ascuțit pentru a tăia viața soțului. Dacă colierul din aur şi sariul din mătase de Benares nu sunt cumpărate, soția se încruntă la soț. Soțul nu poate obține mâncarea la timpul potrivit. Soția stă în pat sub falsul pretext al unei colici abdominale conice. Poți vedea acest spectacol în propria ta casă şi experiența zilnică. Întradevăr nu trebuie să-ți spun multe.
Aşadar, căsătoreşte-te cu Santi şi dobândeşte Vairagya, vrednice fiu, şi Viveka, mărinimoasă fiică şi mănâncă fructul divin delicios al lui Atma-Jnana, care te face nemuritor.

O soție este doar un lux. Nu este o necesitate absolută. Fiecare familist plânge după căsătorie. El spune: "Fiul meu este bolnav de febră tifoidă. A doua fiică urmează să se mărite. Am datorii de plătit. Soția mă bate la cap să-i cumpăr un colier din aur. Ginerele meu cel mare a murit recent." Nu te căsători. Nu te căsători. Nu te căsători. Scăparea va fi dificilă după căsătorie. Mariajul este cea mai mare încătuşare. Femeia este o sursă constantă de probleme şi necazuri. Ce au făcut Buddha, Pattinattu Swami, Bhartrihari şi Gopichand? Nu au trăit în pace şi comfort fără femeie?

Pofta trupească este cel mai mare duşman pe pământ. Devorează omul. O mare depresie urmează actului sexual. Trebuie să munceşti mult pentru a câştiga bani pentru a fi pe plac soției şi a-i satisface nevoile şi luxul. Comiți diferite păcate pentru dobândirea banilor. Mental împărtăşeşti durerile ei şi problemele şi mizeriile copiilor tăi de asemenea. Trebuie să te îngrijorezi într-o mie şi una de feluri cum să-ți conduci familia. Cum două minți nu pot fi de acord, vor exista întotdeauna certuri în casă. Trebuie să-ți multiplică nevoile şi responsabilitățile fără a fi necesar. Intelectul este pervertit. Datorită pierderii masive a fluidului seminal, vei suferi de boli, depresie, slăbiciune şi pierderea vitalității. În consecință, vei avea o moarte prematură.
Aşadar, devino un Akhanda Brahmachari sau un celibatar pe viață. Eliberează-te de toate mizeriile, problemele şi necazurile.

În prezența luminii, nu poți avea întuneric. În prezența plăcerilor sexuale, fericirea Atmică nu poate exista. Cei din lume vor plăceri sexuale şi fericire Atmică în acelaşi timp, în acelaşi pahar. Aceasta este o imposibilitate absolută. Ei nu pot renunța la cele lumeşti, la plăcerile senzuale. Ei nu pot avea Vairagya adevărată în inimile lor. Ei vorbesc mult. Oamenii lumeşti îşi imaginează că sunt fericiți doarece ei obțin câțiva biscuiți cu ghimbir, câțiva bani şi o femeie.
Ce se poate cere mai mult de la ei, biete creaturi? Mai mulți cerşetori sunt aduşi în lume prin desfrâu. Toate plăcerile lumeşti apar ca nectar la început, dar devin otravă virulentă în final. Când cineva este înlănțuit în viața familială, cu greu poate rupe diversele legături ale Moha. Aşadar, renunță la această viață iluzorie. Nu te teme. Controlează Indriyas-urile şi mintea. Vei dezvolta Vairagya. Vei fi stabilit perfect în Brahmacharya.

Akhanda Brahmachari

Dacă poți rămâne ca un Akhanda Brahmachari, un celibatar neântrerupt, pentru o perioadă de doisprezece ani, vei reuşi realizarea lui Dumnezeu imediat fără nici o altă Sadhana. Vei realiza țelul vieții. Fii atent la cuvântul 'Akhanda'.
Energia seminală este o Sakti potentă. Sperma este Brahman Însuşi. Un Brahmachari care a practicat celibatul neântrerupt pentru doisprezece ani va atinge starea Nirvikalpa în clipa în care aude Mahavakya, "Tat Tvam Asi", deoarece mintea lui va fi extrem de pură, puternică şi concentrată.

Un Akhanda Brahmachari, care, pentru o perioadă de doisprezece ani, nu a permis nici măcar unei picături de spermă să iasă afară, va intra în Samadhi fără nici un efort. Prana şi mintea sunt controlate perfect. Bala Brahmacharya este termenul sinonim pentru Akhanda Brahmacharya. Un Akhanda Brahmachary are o Dharana Sakti puternică, Smriti Sakti şi Vichara Sakti - putere de înțelegere, memorie şi putere de introspecție. El nu trebuie să practice Manana şi Nididhyasana, reflecția şi meditația. Dacă el aude Mahavakya o singură dată, el va realiza Sinele imediat. Intelectul său e pur, şi înțelegerea lui este extrem de clară. Akhanda Brahmacharini sunt foarte, foarte rari; dar există câțiva. Tu de asemenea poți deveni un Akhanda Brahmachari dacă încerci cu adevărat.

Va trebui să fii foarte atent la reacțiile tale. Indriyas-urile care sunt restrânse pentru câteva luni, sau unul sau doi ani, devin rebele dacă nu eşti vigilent şi atent întotdeauna.
Ele se revoltă şi te trag în jos când apare ocazia. Unii oameni păstrează Brahmacharya pentru unul sau doi ani şi apoi devin mai pătimaşi şi cheltuie energie considerabilă în final.
Unii devin epave morale de asemenea.

Părul încâlcit şi aplicarea cenuşei pe frunte şi trup nu fac pe cineva un Akhanda Brahmachari. Acel Brahmachari care a controlat trupul fizic şi Indriyas-urile fizice, dar care constant se gândeşte la

sex, este un ipocrit confirmat. El nu ar trebui să fie niciodată un om în care să-ți pui încrederea. El poate deveni o amenințare în orice clipă.

16. PERICOLELE ANTURAJULUI PROMISCUU

Nu fi prea familiar cu nimeni. Familiaritatea naşte disprețul. Nu îți fă prea mulți prieteni. Nu îți fă prieteni printre femei. Nu fi familiar cu ele. Familiaritatea cu femeile va duce în final la distrugerea ta. Niciodată, niciodată să nu uiți asta.
Prietenii sunt adevărații tăi duşmani.

Nu te amesteca cu membrii sexului opus. Maya lucrează prin subcurenți aşa de ascunşi încât nu vei fi conştient de cădere. Vasana sexuală îşi va asuma o formă gravă dintr-o dată şi fără să te anunțe. Vei comite adulter şi apoi îți va părea rău.

Atunci caracterul tău şi faima vor dispărea. Dezonoarea înseamnă mai mult decât moartea. Nu există crimă mai atroce decât asta. Nu există Prayaschitta pentru asta. Aşadar ai grijă. Fii precaut. Bhagavan Dattatreya a comparat femeia cu o groapă de foc şi omul cu o oală cu ghee. Când cel din urmă vine în contact cu prima, se distruge. Aşadar, abandoneaz-o.
Dacă se întâmplă să locuieşti într-o Dharmashala sau hotel public, dacă există o singură femeie într-o cameră învecinată, părăseşte locul imediat. Nu ştii ce se va întâmpla. Este întotdeauna recomandabil să părăseşti zona de pericol imediat, indiferent cât de puternic ai fi prin prin practica Tapas-ului şi a meditației. Nu te expune tentației.

Nu îți testa tăria spirituală şi puritatea când eşti începător pe calea spirituală. Nu te grăbi să intri în asocieri malefice când eşti un neofit spiritual pentru a dovedi că ai curaj să stai față în față cu păcatul şi impuritatea. Ar fi o greşală serioasă. Vei merge către un pericol mare. Vei avea o cădere rapidă. Un foc mic va fi uşor stins de o grămadă de nisip.

Ar trebui să te ții departe de femei la începutul practicii. După ce eşti perfect modelat şi bine

stabilit în Brahmacharya, îți poți testa puterea în compania femeilor cu precauție pentru un timp. Dacă mintea este foarte pură atunci, dacă nu există ideea de sex, dacă mintea încetează să acționeze prin practica Uparati, Sama şi Dama, ține minte că ai câştigat tărie spirituală adevărată şi ai făcut progres considerabil în Sadhana.
Eşti sigur acum. Nu ar trebui să-ți opreşti Sadhana gândind că eşti un yoghin Jitendriya. Dacă o opreşti, vei avea o cădere fără sigură.

Chiar şi aspiranții avansați care au făcut un mare progres în Yoga ar trebui să fie foarte atenți. Ei nu ar trebui să se amestece liber cu femeile. Ei nu ar trebui să-şi imagineze prosteşte că au devenit mari adepți în Yoga. Un mare sfânt cu reputație a avut o cădere. El s-a amestecat cu femile şi şi-a făcut femei discipoli, cărora le-a permis să-i maseze picioarele. Cum energia sexuală nu era complet sublimată şi transformată în Ojas, cum pofta trupească era ascunsă în formă subtilă în mintea lui, el a devenit victima pasiunii. El şi-a pierdut reputația. Dorința sexuală era doar suprimată în el, şi când o oportunitate potrivită a apărut, ea a luat o formă gravă. El nu a avut putere sau voință să reziste tentației.

Un alt mare suflet, care era privit de discipolii săi ca fiind un Avatar, a devenit un Yoga-Bhrashta. El de asemenea s-a amestecat liber cu femeile şi a comis o greşală serioasă. El a devenit o pradă a poftei trupeşti. Ce nenorocire tristă! Aspiranții se cațără cu mare dificultate pe scara Yoga şi sunt irecuperabil pierduți pentru totdeauna din cauza neatenției şi mândriei spirituale.

Haosul cauzat de imaginile mentale

Prezența, amintirea, unei femei de obicei excită idei josnice în minții pustnicilor care au abandonat această lume şi s-au devotat exercițiilor spirituale şi astfel îi privează de fructul austerității lor. Este foarte dificil să înțelegi prezența poftei subtile în minții altora, în special în pustnici izolați, deşi înfățişarea, tonul, gesturile, îmbrăcămintea şi comportamentul pot oferi indicii. Urmăreşte cu atenție cum Rja Bhartrihari a strigat în timpul Sahanei sale: "O Doamne! Mi-am părăsit soția, pământurile. Trăiesc cu frunze, fructe şi rădăcini. Pământul este patul meu. Cerul

albastru pătura mea. Casă îmi sunt hainele. Cu toate astea, pasiunea nu m-a părăsit." Aceasta este puterea pasiunii.

Jerome scrie virginului Eustochium despre lupta lui pentru abstinență și puterea poftei trupești: "Oh, de câte ori când mă aflam în deșert, în acea solitudine vastă care, ars de căldura soarelui, nu oferă decât o viață oribilă călugărilor, îmi imaginam că sunt printre deliciile Romei! Eram singur. Membrele erau acoperite de un sac nenorocit și pielea era neagră ca a etiopienilor. În fiecare zi plângeam și mă văitam, și dacă eram doborât de somn împotriva voinței mele, trupul meu slab stătea pe pământul gol. Nu mai spun nimic de mâncare și băutură, pentru că în deșert, chiar și invalizii nu au nimic de băut decât apă rece. Ei bine, eu care de frica iadului m-am condamnat pe mine însumi la această închisoare, în compania scorpionilor și a bestiilor sălbatice, adesea mi se părea în imaginație că sunt printre un grup de fete. Fața îmi era palidă din cauza postului și mintea în trupul rece ardea de dorință; focul poftei încă ar arde într-un trup care deja pare mort." Aceasta este puterea poftei.

Mintea este sămânța lumii. Mintea este cea care creează lumea. Nu există lume separată de minte. Imaginile tuturor obiectelor sunt conținute în minte. Mintea se joacă cu aceste imagini când nu poate obține obiectele și creează haos. Dacă tu te gândești constant la imaginea Domnului, imaginile obiectelor vor muri singure.

Fructul interzis - testul lui Dumnezeu pentru aspirantul spiritual

Dumnezeu plasează câteva tentații în fața aspirantului pentru a-i testa puterea spirituală. El îi dă de asemenea tăria de a cuceri tentațiile. Cea mai puternică tentație în această lume este pofta. Toți sfinții au trecut prin ispite. Ispitele sunt profitabile. Oamenii sunt instruiți și întăriți.

Chiar și Buddha a fost testat pentru puritatea lui mentală. El a trebuit să față față la tot felul de ispite. El a trebuit să se confrunte cu Mara. Doar atunci, și numai atunci, el a avut iluminarea sub copacul Bodhi în Gaya. Satan la ispitit pe Iisus în diverse feluri. Pasiunea este foarte puternică.

Mulți aspiranți cad la teste. O persoană trebuie să fie foarte atentă. Aspirantul va trebui să dezvolte un foarte înalt standard de puritate mentală. Doar atunci el va putea să susțină testul. Dumnezeu va plasa aspiranții în circumstanțe foarte nefavorabile pentru a-i testa. Ei vor fi tentați de fete tinere.

Numele şi faima aduc familiştii în contact strâns cu aspiranții. Femeile încep să îi venereze. Ele devin discipolele lor. Gragual aspiranții vor avea o cădere dureroasă. Ei nu ar trebui să-şi arate Chamatkaras-urile.
Deşi Rishi Visvamitra practica austerități severe, el a fost luat de val prin intermediul simțurilor când a trecut pe lângă nimfele cereşti trimise de Indra pentru a-i deranja Tapasul. Dacă Visvamitra şi Parasara care trăiau cu frunze, aer şi apă au căzut victime ale poftei trupeşti, care ar trebui să fie soarta oamenilor lumeşti care trăiesc cu mâncare bogată? Dacă ei îşi pot controla pasiunea, muntele Vindhya va pluti pe ocean, focul va arde în jos.

Instinctul sexual este cel mai puternic. Imboldul sexual este formidabil. Se poate ascunde în compartimente secrete ale minții şi te poate ataca atunci când nu eşti vigilent. Te va ataca cu forță dublă. Visvamitra a căzut victimă a lui Menaka. Un alt mare Rishi a devenit o pradă a lui Rambha. Jaimini a devenit excitat de o falsă femeie Masa. Un Rishi puternic a fost excitat privind împerecherea a doi peşti. Un aspirant familist a păcătuit chiar cu soția Gurului său. Mulți aspiranți nu sunt conştienți de această dorință secretă, un duşman terifiant. Ei gândesc că sunt siguri şi puri. Când sunt testați, devin victime neajutorate. Întotdeauna rămâi singur, meditează şi ucide acest imbold.

Banii şi femeile strălucesc mai puternic decât Dumnezeu pentru un om pătimaş şi ignorant. Maya este puternică. Adam a căzut din cauza unui moment de neatenție. Eva la ispirit din cauza unei singure dorințe. Fructul oprit se va coace în fața ochiului uman imediat. Un afiş va arăta ca o Deva celebră şi te va face să te înclini în obedință totală în fața lui. Fii atent la Maya şi la capcanele ei. Lanțurile din aur pot fi tăiate imediat, dar nu şi țesăturile din mătase ale Maya-ei. Un singur moment de neatenție este suficient pentru a răsturna întreg coşul cu perle, în abisul negru al pasiunii şi poftei trupeşti.

Maya învăluie chiar şi pe cei înțelepți, dacă sunt neatenți chiar pentru un minut. Aşadar, vigilența permanentă este necesară pe calea spirituală. Proverbul spune: "Nu tot timpul îți iese aşa cum plănuieşti". Înainte de a începe să mănânci fructul înțelepciunii, maimuța Maya ți-l va fura din mână. Chiar dacă îl înghiți, îți poate rămâne în gât. Aşadar trebuie să fii foarte vigilent şi atent până când atingi Bhuma sau cea mai înaltă realizare. Nu ar trebui să opreşti Sadhana gândind greşit că ai atins țelul.

Cel ce trăieşte izolat este mai expus la ispite şi pericole. El va trebui să fie foarte atent şi vigilent. Mintea te va tenta să faci orice pentru că nu e nimeni să vadă acțiunea ta rea. Toate Vrittis-urile rele suprimate vor aştepta pentru oportunitatea de a-l ataca cu forță dublă. El este la fel ca un om care este pus într-o pungă mare cu un tigru, un şarpe şi un urs. Duşmanii mânia, pofta şi lăcomia te vor lua prin surprindere. Când mergi singur pe calea spirituală, ei te vor ataca precum hoții care atacă trecătorul singur în pădurea deasă. Aşadar, fii întotdeauna în compania celor înțelepți. Nu merge alături.

17. OPREŞTE PRIVIREA ADULTERĂ!

Un gentelman care a renunțat la fumat şi la băut doreşte să practice Brahmacharya, deşi este căsătorit. Soția lui nu are nici o obiecție, dar el găseşte această disciplină greu de susținut; în special, necazul pare să fie în a controla simțul privirii. "Strada este principalul meu inamic", mi-a spus el recent. Asta înseamnă că ochii sunt atraşi de femei bine îmbrăcate.

Un alt aspirant spune, "În timp ce practic Pranayama, Japa şi meditația, mintea mea nu este poluată nici dacă văd femei pe jumătate dezbrăcate. Dar când opresc practica, nu sunt în stare să îmi controlez privirea şi sunt atras de femeile frumoase de pe stradă şi afişele cu femei pe jumătate dezbrăcate puse în fața caselor de fotografii. Plaja şi Magazinele sunt duşmanii mei."

Cei ce practică Brahmacharya ar trebui să-şi controleze impulsul sexual al privirii. Acest tip de

impuls este o mare amenințare, pentru că stimulează curiozitatea şi dorința sexuală. Vasanas-urile cresc din privirea adulteră.
Să priveşti o femeie crează dorința de a vorbi cu ea. Să vorbeşti cu o femeie creează dorința de a o atinge. În final vei avea o minte impură şi vei cădea victimă. Aşadar, nu privi niciodată la femei. Nu vorbi niciodată cu femei în privat. Nu fi familiar cu nici o femeie.

Fii atent la sentimentele din spatele privirii!

Nu e nimic rău să priveşti un obiect frumos; dar va trebui să dezvolți un Bhav divin. Va trebui să simți că totul este manifestarea lui Dumnezeu. Purifică-ți gândurile şi sentimentele. Puritatea este Brahman. Tu eşti pur în esență. Tu eşti întruchiparea purității, O Ram. Repetă mental formula, "Suddhoham, Suddhoham. Eu sunt puritatea, eu sunt puritatea", şi atinge starea de puritate fără egal de odinioară.

Nu ai o privire pătimaşă când îți priveşti mama sau sora deşi ele sunt frumoase, bine îmbrăcate şi decorate cu ornamente şi flori. Le priveşti cu afecțiune şi dragoste pură. Aceasta este Suddha Bhavana. Nu există idei pătimaşe. Va trebui să dezvolți o asemenea dragoste pură sau Bhavana când te uiți la alte femei de asemenea. Dacă există impuritate în spatele privirii, este echivalentă cu adulterul. Este una dintre formele de Maithunam. Acesta este motivul pentru care Domnul Iisus spune, "Dacă te uiți poftind la o femeie, ai comis deja adulter în inima ta."

Nu e rău să te uiți la o femeie, dar trebuie să ai o privire perfect castă. Trebuie să ai Atma-Bhav. Când te uiți la o femeie tânăro, poți gândi: "Mă înclin în fața Ta, O Mamaă. Tu eşti o imagine sau manifestare a mamei Kali. Nu mă tenta. Nu mă ademeni. Am înțeles acum secretul Maya-ei şi al creației sale. Cine a creat aceste forme? Există un omnipotent, atoate-pătrunzător şi mult milostiv Creator în spatele acestor nume şi forme. Aceasta este o frumusețe falsă, putredă. El este izvorul frumuseții. Lasă-mă să realizez această Frumusețe a frumuseților prin meditație." Va trebui să cultivi sentimente de devoțiune, admirație şi teamă când priveşti la o formă ademenitoare amintindu-ți Creatorul acelei forme.

Atunci nu vei mai fi tentat. Dacă eşti student al Vedantei, gândeşte şi simte: "Totul este Sine. Numele şi formele sunt iluzorii. Ele sunt picturi ale Maya. Ele nu au o existență independentă în afara Sinelui."
Dacă cineva nu ar trebui să se uite la o femeie, cum reuşeau Rishis din trecut să facă cunoscută Atma-Jnana femeilor? De ce le păstrau în compania lor pentru serviciu?
Dictonul, "Nu privi nici măcar fotografia unei femei", este pentru oamenii pasionați care nu au control de sine. Yajnavalkya a învățat Atma-Vidya pe soția sa Maitreyi. Raikva a fost servit de fiica Regelui Janasruti. El a fost un Naishthik Brahmachari.

Chiar şi într-un Jivanmukta sau înțelept eliberat, ochii se vor mişca spre obiecte datorită forței obiceiului. Dar, el poate să-i retragă complet să rămână doar cu cavitățile goale. Când el vede o femeie, el nu o vede în afara lui. El vede întreaga lume în sine. El simte că femeia este propriul lui Sine. El nu are idee de sex. Nu există gânduri rele în mintea lui. El nu simnte nici o atracție sexuală către ea. În timp ce un om lumesc vede femeia în afara lui. El întreține gânduri pătimaşe. El nu are idee de Sine. El este atras către ea. Aceasta este diferența dintre viziunea unui Jnani şi cea a unui om lumesc. Nu e nici un rău să te uiți la femei dar nu trebuie sa întreții gânduri rele.

Nu e nici un rău să te uiți la o femeie frumoasă. Poți admira frumusețea unei fete la fel cum admiri frumusețea unui trandafir, frumusețea mării, stelele sau orice alt peisaj natural. Gândeşte-te că frumusețea soției tale aparține Naturii şi Naturii Domnului, Isvar.
De fiecare dată când vezi o femeie, pune-ți această întrebare: "Cine este creatorul acestei forme frumoase?" Imediat, un sentiment de uimire, un sentiment de admirație şi un sentiment de devoțiune va apărea în mintea ta. Numai când arunci o privire necastă, pătimaşă asupra unei femei comiți un păcat. Comiți adulter în inimă. Numai când întreții gânduri pătimaşe, vin mizeria şi încătuşarea.

Frumusețea pe care o percepi în fețele femeilor este frumusețea Domnului. Poți avea admirație în această manieră. Nu este nici un rău să faci asta.

Femeia este simbolul frumuseții. Ea este simbolul puterii. Ea vorbeşte cu tine în limbajul tăcerii: "Eu sunt reprezentarea lui Adi Sakti. Vezi-L pe Dumnezeu în mine. Vezi pe mama Kali în mine. Realizează pe Dumnezeu în şi prin mine. Venerează-L pe Dumnezeu ca întruparea frumuseții. Adoră-L ca pe o întruparea a puterii. Recunoaşte-I omnipotența." Iar şi iar gândeşte-te că frumusețea feței este frumusețea Domnului. Sentimente dumnezeieşti vor apărea în tine când priveşti o femeie. Studiază capitorul zece din Gita, Vibhuti Yoga, iar şi iar.

Cum să cucereşti gândurile impure

Gândurile impure apar la privitul unei femei care dispar gradual când creşti în puritatea gândului prin Japa şi meditație. Este necesară o perioadă de timp pentru a distruge vechile Samskaras vicioase şi pentru a reânoi fabrica mentală. Iar şi iar ridică contra-gânduri pure în minte. Pune în fața ta imaginea Domnului. Iar şi iar încearcă să simți Atma în femei uitând ideea de sex şi crează dezgust în minte prin analiza părților din care este compus trupul.

De fiecare dată când mintea aleargă către femei atractive cu gânduri pătimaşe, pune-ți în minte o fotografie clară a cărnii, oaselor, urinei, materiilor fecale şi transpirației din care femeile sunt compuse. Aceasta va iniduce dezgust şi Vairagya în minte. Nu vei mai comite niciodată păcatul de a privi pătimaş o femeie. Este necesară o perioadă de timp, fără îndoială. Femeile de asemenea pot să practice metoda expusă înainte şi să păstreze imaginea mentală a bărbaților în acelaşi fel.

Ar trebui nu numai să dezvolți dezgust în minte, ci de asemenea frică pentru a scăpa de ideea de sex. Nu eşti extrem de înspăimântat când o cobra vine în fața ta? Aceasta trebuie să fie starea minții când gânduri pătimaşe intră în mintea ta. Doar atunci atracția față de sex va muri gradual.

Pedepseşte-te singur dacă mintea aleargă către femei cu idei pătimaşe. Renunță la mesele de seară. Fă douăzeci de Malas în plus Japa. Întotdeauna poartă un Kaupin sau Langoti.
Nu te uita la o femeie cu ochi răi. Dacă este bătrână, trateaz-o ca pe mama ta; dacă este tânără, ca pe sora ta; şi dacă este foarte tânără, ca pe copilul tău. Poți eşua să dezvolți Bhav că toate femeile

sunt mame şi surori de o sută şi una ori. Nu contează. Ţinte-te de practică cu perseverenţă. Vei reuşi cu siguranţă până la urmă.

Când mergi pe stradă, nu privi încolo şi încoace ca o maimuţă. Priveşte la vârful degetului mare şi mergi încet. Sau priveşte în pământ şi mergi. Aceasta este de mare ajutor pentru menţinerea Brahmacharya. Poţi privi la vârful nasului de asemenea. O copile al Esenţei Nemuritoare! Ai mers pentru o lungă perioadă de timp cu ochi adulteri. Aplică colirul discriminării şi pigmentul Vichara-ei. Vei avea o nouă viziune nobilă. Întreaga lume îţi va apărea ca o masă de fericire cristalizată. Nu vei mai găsi rău, nici urâţenie.

Nu se poate nega, totuşi, că patima este o forţă puternică ce trebuie depăşită. Cineva l-a întrebat pe Raja Yudhishthira, "O Yudhishthira, când o priveşti pe mama ta Kunti, este privirea ta absolut castă?" Yudhishthira a răspuns, "Nu pot spune că privirea mea este în întregime pură." Aceasta este forţa poftei trupeşti.
Poţi spune în exterior: "Te consider ca fiind mama mea. O consider pe ea ca fiind sora mea." Deşi nu poţi face nimic în exterior din cauza fricii religioase sau Loka-Lajja, mental nu eşti aşa cum ar trebui să fii. Mintea va alerga în direcţia greşită. Dorinţa sau gândrul sunt mai mult decât actul. Când eşti testat în tăcere, vei cădea fără îndoială. Nu vei putea avea nici măcar control fizic.

Nu există nimic, totuşi, pe care un Sadhaka să nu poată depăşi dacă îşi pune mintea. Cu cât este mai mare dificultatea, cu atât este mai mare gloria succesului. Încearcă, încearcă, încearcă din nou. Antrenează-te să nu te mai uiţi la femei pentru o perioadă. Dacă nu eşti capabil să faci asta şi găseşti că privirea aleargă către femei cu scopuri adultere, ridică în minte imaginea unui cadavru sau al unui schelet sau a unei femei bătrâne cu riduri şi bolnavă şi păstreaz-o până când mintea este plină cu dezgust. Aceasta îţi va permite să reuşeşti în final să subjugi pasiunea. În acelaşi timp, refugiază-te la picioarele de lotus ale lui Devi. Roag-O constant pentru puterea de a rezista şi de a cuceri asalturile pasiunii. Priveşte fiecare femeie ca Sri Devi Însăşi şi fă prostări mentale la privirea ei, repetând, "Om Sri Durga Devyai Namah." Prin Sadhana vigilentă şi contantă ca mai sus, vei eradica gradual duşmanul puternic.

18. ROLUL DIETEI ÎN CONTROLUL SEXUAL

Dieta joacă un rol proeminent în păstrarea Brahmacharya. Puritatea hranei aduce puritate în minte. Puterea care conectează trupul şi mintea este prezentă în mâncarea pe care o consumăm. Diferite tipuri de hrană au diverse efecte asupra minții. Există anumite mâncăruri care fac mintea şi trupul foarte puternice şi ferme. Aşadar este absolut esențial ca să consumăm mâncare pură şi Sattvică. Hrana are o foarte strânsă legătură cu Brahmacharya. Dacă atenția potrivită este acordată purității hranei pe care o consumăm, Brahmacharya devine foarte uşoară.

Influența mâncărurilor asupra celulelor creierului, emoției şi pasiunii este remarcabilă. Există diferite compartimente în creier şi fiecare tip de mâncare produce propriul efect asupra fiecărui compartiment şi asupra sistemului în general. A confection of sparrow produces an aphrodisiac effect. (???) Stimulează direct organele de reproducere. Usturoiul, ceapa, carnea, peştele şi ouăle stimulează pasiunea. Fii atent cum elefanții şi vacile care trăiescu cu iarbă sunt liniştite şi paşnice şi cum tigrii şi alte animale carnivore care trăiesc cu carne sunt turbulente şi feroce. Instinctul sau vocea din interior te vor ghida în alegerea dietei care sunt favorabile pentru păstrarea Brahmacharya. Poți de asemenea să consulți câteva persoane mai în vârstă şi mai experimentate.

Hrană Sattvică

Cheru, lapte, grâu, orz, pâine, unt clarifiat, ghimbir uscat, cartofi, curmale, lapte prins, migdale şi fructele sunt toate articole Sattvice de hrană. Cheru este un amestec de orez alb fiert, unt clarifiat, zahăr alb şi lapte. Acestea sunt foarte folositoare pentru aspiranții spirituali. Laptele este un aliment perfect singuri, conținând diferiți constituenți nutritivi într-o porporție echilibrată. Acesta este un aliment ideal pentru Yoghini şi Brahmacharini. Fructele sunt mari producătoare de energie. Bananele, grepfruit, portocalele dulci, merele, rodiile şi mango sunt întregi şi nutritive.

Fructele uscate precum strugurii, stafidele, curmalele şi smochinele, fructele proaspete dulci precum bananele, mango, Sapota, pepenii, limes, ananasul, merele, rodiile, zahărul, mierea,

sagotierul, laptele, untul şi untul clarifiat din lapte de vacă, sucul de nucă de cocos, nuca de cocos, migdalele, fisticul, orzul, porumbul, grâul, orezul şi toate preparatele din aceste cereale, şi pepenele alb sunt articole Sattvice pentru păstrarea Brahmacharya.

Mâncare interzisă

Mâncăruri foarte condimentate, condimente iuți, ardi iuți, carne, peşte, ouă, tutun, lichior, articole acre, uleiul de toate felurile, usturoiul, ceapa, lucruri amare, lapte acru, mâncare stricată, acide, mâncăruri astringente, chestii picante, lucruri prăjite, fructe coapte peste măsură şi necoapte, vegetale grele şi sarea nu sunt deloc benefice. Ceapa şi usturoiul sunt mai rele decât carnea.

Sarea este cel mai mare duşman. Prea multă sare excită pasiunea. Chiar dacă nu serveşti sarea separat, sistemul va prelua cantitatea necesară de sare din alte alimente. Toate alimentele conțin sare. Renunțarea la sare te ajută să controlezi limba şi prin aceasta mintea şi toate celelalte Indriyas-uri.
Toate tipurile de mazăre şi fasole, ambele proaspete şi prăjite, grâu negru, cereale încoțite, muştar, toate felurile de ardei iuți, linte, castraveți, papaya, toate tipurile de dovleac precum dovleacul alb, Trichosanthes cucumerina, ridichii, praz, ciupercile de tot felul, lucruri prăjite în ulei sau unt, murăturile de tot felul, orezul prăjit, semințele de susan, ceaiul, cafeaua, cacao, toate felurile de legume, rădăcini, fructe şi alimente care crează vânt sau indigestie, mâhnire, durere sau constipație sau altă boală, preparate din aluat, mâncăruri care sunt uscate sau ard, mâncăruri care sunt amare, acre, sărate, prea fierbinți şi iuți, tutunul şi preparatele lui, mâncăruri şi băuturi care conțin lichior sau droguri narcotice precum opiul sau hasis, preparate care sunt râncezite sau au devenit reci prin ridicarea lor de pe vatră sau şi-au pierdut starea naturală, mirosul, culoarea sau forma, sau care au rămas după ce au fost mâncate de alte persoane, animale, păsări sau insecte, care conțin praf, păr, paie sau alte gunoaie, şi laptele de bivol, capră sau oaie ar trebui evitate deoarece ele sunt fie Rajasice sau Tamasice prin natură. Sucul de lămâie, sarea grujoasă, ghimbirul şi piperul alb pot fi folosite cu moderație.

Mitahara sau dieta moderată

Mitahara este moderația hranei. Serveşte doar hrană Sattvică şi umple stomacul pe jumătate. Umple un sfert cu apă pură. Lasă restul gol. Aceasta este Mitahara. Brahmacharini ar trebui întotdeauna să ia Mitahara doar. Ei ar trebui să fie foarte atenți la masa de seară. Ei nu ar trebui să-şi încarce stomacul noaptea. Supraîncărcarea este cauza directă pentru emisii nocturne.

Un om lacom nu poate visa să devină Brahmachari. Controlul limbii este o sine qua non dacă vrei să controlezi patima, dacă vrei să păstrezi jurământul Brahmacharya. Limba trebuie controlată mai întâi. Atunci va fi uşor să controlezi pasiunea. Există o legătură intimă între limbă şi organul de reproducere. Limba este organul de cunoaştere. Ea este născută din porțiunea Sattvică a apei-Tanmatra. Organul de reproducere este un organ de acțiune. El este născut din porțiunea Rajasică a apei-Tanmatra. Ele sunt organe surori pentru că sursa este aceiaşi. Dacă limba este stimulată cu mâncare Rajasică, imediat organul de reproducere este de asemenea excitat. Trebuie să existe o selecție şi o restricție în dietă. Hrana unei Brahmachari trebuie să fie simplă, blândă, necondimentată, să nu irite şi să nu stimuleze. Moderația hranei este foarte necesară. Îndoparea stomacului este foarte vătămătoare. Fructele sunt foarte benefice. Ar trebui să serveşti masa doar atunci când îți este cu adevărat foame. Stomacul te va înşela uneori. Poți avea un apetit fals. Când stai la masă, nu vei avea apetit şi nu vei mânca cu poftă. Restricțiile dietetice şi postul sunt unelte auxiliare foarte folositoare pentru controlul cămilei minții şi pentru atingerea Brahmacharya. Nu ar trebui să le ignori şi să le tratezi cu uşurință sub nici o formă.

Postul - un exercițiu de purificare

Postul controlează pasiunea. Postul distruge excitarea sexuală. Calmează emoțiile. El controlează Indriyas-urile de asemenea. Tinerii pătimaşi şi tinerele ar trebui să recurgă ocazional la post. Se va dovedi foarte benefic. Postul este un mare Tapas. El purifică mintea. El distruge o multitudine de păcate. Shastras-urile prescriu Chandrayana Vrata, Krichara Vrata, Ekadasi Vrata şi Pradosha Vrata pentru purificarea minții. Postul controlează în special limba, care este duşmanul tău de

moarte. Când posteşi, nu lăsa mintea să se gândească la mâncăruri delicioase, deoarece atunci nu vei avea multe beneficii. Postul reânvigorează sistemul respirator, circulator, digestiv şi cel urinar. El distruge toate impurităţile trupului şi tot felul de otrăvuri. El elimină depozitele de acid uric. La fel cum aurul impur este purificat prin topirea lui în creuzet iar şi iar, tot aşa, mintea impură este purificată din ce în ce mai mult prin postul repetat.

Tinerii Brahmacharini robuşti ar trebui să postească de fiecare dată când pasiunea îi necăjeşte. Vei avea o meditaţie foarte bună în timpul postului, pentru că mintea este calmă. Obiectivul principal al postului este practica riguroasă a Dhyana în timpul perioadei când toate Indriyas-urile sunt calme. Va trebui să retragi toate Indriyas-urile şi să fixezi mintea asupra lui Dumnezeu. Roagă-te la Dumnezeu pentru îndrumare şi pentru a primi lumină pe cale. Spune cu Bhav: "O Dumnezeule! Prachodayat, Prachodayat. Îndrumă-mă, întrumă-mă. Trahi, Trahi. Protejează-mă, protejează-mă. Sunt al Tău, Domnul meu!" Vei obţine puritate, lumină, putere şi cunoaştere. Postul este unul dintre cele zece canoane ale Yoga.

Evită postul excesiv. Va produce slăbiciune. Foloseşte-ţi bunul simţ. Cei care nu sunt capabili să ţină un post întreg pot posti pentru nouă sau zece ore şi apoi să ia lapte şi fructe seara sau noaptea. În timpul postului, organele digestive precum stomacul, ficatul şi pancreasul se odihnesc. Lacomii şi cei care sunt mâncători neobosiţi nu lasă aceste organe să se odihnească nici măcar pentru câteva minute. Din această cauză, aceste organe se îmbolnăvesc curând. Diabetul, albuminuria, dispepsia şi hepatita se datorează toate supra-alimentării. La urma urmei, omul vrea foarte puţin pe acest pământ. Nouăzeci la sută din oameni în această lume mănâncă mai mult decât este absolut necesar pentru trup. Supra-alimentarea a devenit obiceiul lor. Toate bolile îşi au originea în supra-alimentare. Postul complet ocazional este un mare deziderat pentru toţi pentru păstrarea sănătăţii, odihna organelor interne şi menţinerea Brahmacharya. Bolile care sunt considerate incurabile de alopaţi şi homeopaţi sunt vindecate prin post. Postul dezvoltă puterea voinţei. El măreşte puterea de îndurare. Manu, dătătorul Hindus al legilor, prescrie în codul său remediul postului pentru eliberarea de cele cinci păcate capitale de asemenea.

Este mai bine să bei o cantitate mare de apă, fie călduță sau rece, în concordanță cu temperamentul şi înclinația ta, în timpul postului. Va curăța rinichii şi va arunca afară otrava şi toate genurile de impurități din trup. În Hatha Yoga este considerat Gata-Suddhi sau purificarea vasului din carne, trupul fizic. Poți adăuga o lingură de bicarbonat de sodiu în apă.

Cei care postesc pentru două sau trei zile nu ar trebui să-şi întrerupă postul cu alimente solide. Ar trebui să consume sucuri de fructe, fie suc de portocale dulci sau suc de rodie. Ei ar trebui să bea sucul încet. Poți să faci o clismă zilnic atunci când posteşti.

La început posteşte o zi sau două. Apoi încet măreşte numărul de zile în concordanță cu puterea şi capacitatea ta. La început poți simți o slăbiciune uşoară. Prima zi poate fi foarte obositoare. Vei simți o adevărată Ananda, fericire, în a doua sau a treia zi. Trupul va fi foarte, foarte uşor. Poți să faci mai multe lucrări mentale în timpul postului. Cei care sunt obişnuiți să postească se vor bucura. În prima zi, mintea te va tenta în diferite feluri să mănânci ceva. Rămâi ferm. Fii curajos. Controlează mintea imediat ce mişcă sau îşi ridică gluga. Fă mai multă Japa cu Gayatri sau orice altă Mantra în timpul postului. Postul este mai mult o Kriya spirituală decât o Kriya fizică din punctul de vedere al sănătății. Va trebui să utilizezi zilele de post pentru scopuri spirituale mai înalte şi pentru contemplarea lui Dumnezeu. Întotdeauna gândeşte-te la Dumnezeu. Intră în problemele vieții precum de ce şi de unde a apărut universul. Cercetează: "Cine sunt eu? Ce este acest Atman sau Brahman? Care sunt căile şi mijloacele pentru atingerea Cunoaşterii lui Dumnezeu? Cum să î-L abordezi?" Apoi realizează starea Nijananda şi odihneşte-te în puritate pentru totdeauna.

Frații mei dragi! Veți începe Tapasya postului chiar din secunda în care citiți aceste rânduri? Pace tuturor ființelor!

19. VISELE UDE ŞI SPERMATOREEA

Mulți tineri sunt necăjiți de visele ude sau emisiile nocturne şi spermatoreea. Această boală groaznică, spermatoreea, a mâncat chiar inimile multor tineri străluciți, care erau odată studenți promițători la începutul stagiilor lor educaționale. Această nenorocire teribilă a subminat vitalitatea sau chiar esența multor studenți şi adulți şi i-a dus la faliment fizic, moral şi spiritual. Acest blestem mortal a oprit creşterea multor oameni tineri şi i-a determinat să-şi plângă trecutul petrecut în ignoranță, obiceiurile vicioase. Această maladie nenorocită a ofilit speranțele multor tinere persoane şi a adus disperare, tristețe, sănătate zdrobită şi o constituție ruinată.

Primesc numeroase scrisori cu poveşti patetice ale tinereții pierdute. Acest trend recent în creşterea literaturii vulgare, ieftine şi afrodisiace şi a filmelor obscene, indiene şi din Vest, au sporit mizeriile tinerilor îndrumați greşit. Pierderea energiei vitale crează o mare frică în mintea lor. Trupul devine slab, memoria slăbeşte, fața devine urâtă şi tânărul nu mai este capabil să remedieze condiția vrednică de milă din cauza ruşinii. Dar nu este cazul să disperați. Chiar dacă câteva indicații din paginile care urmează vor fi urmate, el va dezvolta atitudinea corectă către viață şi va duce o viață disciplinată şi în final va atinge fericirea supremă.

Diferența dintre poluția fiziologică şi poluția patologică

Spermatoreea este descărcarea seminală involuntară. Descărcarea nocturnă, poluția nocturnă, Svapan-Dosha, visele ude sunt toate sinonime. Doctorii Ayurvedici numesc această boală Sukra-Megha. Aceasta se datorează obiceiurilor rele din copilărie. În cazurile severe, descărcarea apare şi în timpul zilei de asemenea. Pacientul elimină spermă împreună cu urina. Dacă apar descărcări ocazionale, nu trebuie să te alarmezi deloc. Acestea se pot datora căldurii din trup, sau presiunii colonului încărcat sau vezicii care apasă sacii seminali. Aceasta nu este o condiție patologică.

Poluția nocturnă este de două feluri, şi anume, poluție fiziologică şi poluție patologică. În poluția fiziologică, te vei simți reâmprospătat. Nu ar trebui să te temi de acest act. Nu ar trebui să te

alarmezi dacă descărcarea seminală este foarte rară. Aceasta este de asemenea o curățare uşoară a aparatului sau o curățare periodică printr-o curgere uşoară din rezervorul în care sperma este depozitată. Acest act poate că nu este însoțit de gânduri rele. Persoana poate să nu-şi dea seama de act în timpul nopții. În timp ce, în poluția patologică, actul este acompaniat de gânduri sexuale. Depresia urmează. Există iritabilitate, apatie, lene, inabilitatea de a lucra şi lipsa puterii de concentrare. Descărcările ocazionale nu au consecințe, dar poluțiile nocturne frecvente cauzează depresie, debilitate, dispepsia, pierderea memoriei, durere severă în spate, dureri de cap, arsuri ale ochilor, amețeală şi senzația de arsură în timpul urinării sau în timpul eliminării spermei. Sperma devine foarte subțire.

Cauze şi consecințe

Visele ude şi spermatoreea se pot datora unor cauze diverse precum constipația, un stomac încărcat, iritația produsă de alimente care produc vânturi, gânduri impure şi abuzul de sine făcut în ignoranță.
Slăbiciunea seminală, emisiile nocturne, visele vulgare şi toate celelalte efecte ale vieții imorale cu siguranță vor conduce o persoană la o stare mizerabilă a vieții dacă nu sunt oprite cu medicamente corespunzătoare. Dar aceste medicamente nu pot produce o vindecare permanentă. Cineva poate obține o uşurare temporară pentru perioada în care ia mediamentele. Chiar doctorii din Vest admit că asemenea medicamente nu pot afecta o vindecare permanentă. În unele cazuri, pacientul devine impotent prin folosirea drogurilor. Singurul efect permanent de vindecare poate fi obținut prin sistemul străvechi al Yoga. Nasti Yogat Param Balam. Nu există putere mai mare decât cea a Yoga. Diversele metode date în această carte îți vor permite să obții succes dacă sunt practicate regulat.

Nu te lăsa păcălit de reclame pompoase făcute de escroci şi şarlatani.
Du o viață simplă naturală. Vei fi curând vindecat. Nu cheltui bani pentru a cumpăra aşazise medicamente patentate. Sunt fără valoare. Escrocii încearcă să exploateze pe cei creduli şi ignoranți. Nu merge la doctori. Străduieşte-te să devii propriul tău doctor. Înțelege legile naturii,

principiile igienei şi sănătății. Nu încălca legile sănătății.

Un avertisment împotriva obiceiurilor sexuale rele şi a răbufnirilor de mânie

Evită toate tipurile de abuz de sine. Ele îți storc energia vitală şi te lasă ca un om mort sau ca o sfeclă de zahăr din care sucul a fost extras. Veerya este întradevăr o avere fără preț. Nu o cheltui de dragul excitării momentane şi al senzației. Renunță la obiceiul rău imediat. Vei fi ruinat în totalitate dacă vei continua această practică. Deschide ochii. Trezeşte-te acum. Fii înțelept. Evită compania rea. Nu glumi cu femeile. Nu ai nici o idee despre efectele dezastruoase ale acestei practici rele. Îți vei pierde vederea. Vei avea o micime a viziunii. Vei avea nervi zdrobiți.

Nu privi la organul de reproducere. Nu atinge organul cu mâinile din când în când. Aceasta va agrava Kama Vasana. Când intră în erecție, fă Mula Bandha şi Uddiyana Bandha. Repetă 'Om' mental de mai multe ori cu înțeles. Gândeşte-te la puritate. Fă douăzeci de Pranayama. Norul impurității va trece curând.
Excesele sexuale şi izbucnirile de mânie şi ură ar trebui evitate. Dacă mintea este păstrată calmă tot timpul, vei avea o sănătate minunată, putere şi virilitate. Energia este golită de crizele de mânie. Celulele şi țesuturile sunt umplute cu materiale morbide otrăvitoare când o persoană îşi pierde cumpătul şi urăşte. Diverse feluri de suferințe apar. Sângele devine fierbinte şi subțire, şi în consecință, poluțiile nocturne apar. Diverse tipuri de boli nervoase sunt atribuite pierderii excesive a energiei seminale şi crizelor frecvente de mânie explozivă.

Importanța hranei potrivite şi a evacuării

Majoritatea bolilor îşi au originea în supraalimentare. Păstrează moderația în dietă. Evită cinele târzii. Masa de seară ar trebui să fie uşoară şi servită înainte de 6 sau 7 p.m. Dacă este posibil, ia doar lapte şi fructe seara. Nici un lichid sau solid nu ar trebui consumat după apusul soarelui. Când serveşti lapte amestecă esență de ghimbir în el. Sau fierbe ghimbir zdrobit cu lapte înainte de a servi laptele. Renunță la usturoi, ceapa şi mâncăruri picante. Ardeii iuți fac sperma apoasă şi duc la

vise ude frecvente. Consumă o hrană blândă, calmantă, simplă, care nu irită. Renunță la fumat, lichior, ceai, cafea, carne şi peşte.

Când există înclinație către urinare noaptea, imediat mergi şi goleşte vezica. O vezică încărcată este cauza pentru vise ude. Înainte de a te retrage în pat, răspunde chemărilor naturii. Dacă există constipație severă şi intestinele sunt încărcate, ele vor apăsa pe veziculele seminale, şi în consecință, vor exista descărcări noaptea.
Pentru a scăpa de constipație, folosirea unei clisme este esențială. Folosirea laxativelor nu este benefică deoarece crează căldură în trup
Niciodată nu te opune imboldului de a răspunde chemărilor naturii. Dacă viermii sunt prezenți în intestine, elimină-i folosind o doză de pudră pentru viermi în timpul nopții şi consumă un purgativ din ulei de ricin în dimineața următoare. Aceasta va păstra mişcarea intestinelor regulată.
Uneori, descărcările au loc din cauza excesului de căldură în trup, excesului de mers pe jos sau călătoriilor, consumului unei cantități mari de dulciuri sau ardei iuți sau sare. Renunță la ceai, cafea, ardei iuți, excesului de dulciuri şi zahărului. Evită mâncărurile rafinate, asezonate, savuroase şi pastele. Posteşte din când în când, să zicem odată pe săptămână. Nu consuma nici măcar apă în acele zile de post.
Nu merge prea mult cu bicicleta.

Chew pieces of the yellow variety of Harad or myrobalan very often.(???) Când există descărcări frecvente dizolvă două bucăți mici de camfor într-un pahar cu lapte şi consumă-le ocazional noaptea. Consumă jumătate de pahar de lapte dimineața devreme şi o jumătate seara.

Trezeşte-te înainte de 4 a.m.

Poluțiile nocturne apar în general în al patrulea sfert al nopții. Cei ce au obiceiul de a se da jos din pat între 3 şi 4 a.m. şi fac Japa şi Dhyana nu pot cădea niciodată victime poluțiilor nocturne. Obişnuieşte-te să te trezeşti cel târziu la 4 a.m. Dormi pe un pat aspru. Foloseşte saltele tari. Dormi pe partea stângă. Lasă Nadi-ul Solar, Pingala să lucreze în timpul nopții prin nara dreaptă.

În cazuri acute, dormi pe spate până la recuperare.

Dacă eşti căsătorit, dormi într-o cameră separată. Nu ar trebui să permiți niciodată soției să-ți maseze picioarele noaptea. Aceasta este o practică periculoasă.
Pentru protejarea spermei, este esențial să porți întotdeauna o bucată de pânză peste părțile private; pentru că astfel nu vor fi emisii nocturne şi nici creşteri ale testicolelor. Aşadar, întotdeauna poartă un Langoti sau Kaupin sau o pânză de şale. Nu vei avea inflamații şi nici o altă boală a testiculelor. Aceasta te va ajuta în păstrarea Brahmacharya. Poartă un Kaupin umed noaptea când mergi la culcare, dacă boala este foarte tulburătoatea.

Este potrivit pentru un celibatar să poarte întotdeauna sandale din lemn pentru că astfel sperma va fi conservată, ochii vor beneficia, viața va fi prelungită şi divinitatea şi strălucirea vor creşte.

Apelează la Numele Domnului

Practică Japa şi meditația dimineața, imediat ce te dai jos din pat, pentru o oră sau două. De asemenea, fă asta înatinte de a merge la culcare la 10 p.m. Aceasta este un mare purificator. Aceasta va întări mintea şi nervii. Acesta este cel mai bun remediu. Repetă Mantra: "Punarmamaitu Indriyam. Tăria mea pierdută să fie restaurată."

Roagă-te la soare dimineața devreme şi înainte de răsărit: "O doamne Suryanarayana, ochiul lumii, ochiul lui Virat Purusha! Dă-mi sănătate, putere, vigoare şi vitalitate." Fă Suryanamaskara dimineața devreme. Repetă cele douăsprezece Nume ale soarelui la răsărit: “Mitraya Namah. Ravaye Namah. Suryaya Namah. Bhanave Namah. Khagaya Namah. Pushne Namah. Hiranyagarbhaya Namah. Marichaye Namah. Savitre Namah. Adityaya Namah. Bhaskaraya Namah. Arkaya Namah.” Expune-te la soare.

Beneficiile unei băi la şolduri

Fă o baie rece la şolduri stând într-o cadă cu apă şi ținând picioarele în afara căzii. Aceasta este foarte învigorantă şi energizantă. O baie rece la şolduri tonifică şi liniştește nervii sistemului genital şi opreşte descărcările nocturne într-o manieră eficientă. Acesta este un tonic nervos general de asemenea, toți nervii sunt întăriți.
Baia la şolduri poate fi instalată uşor acasă într-o cadă mare de zinc. Persoanele în vârstă şi cei convalescenți pot folosi apă călduță. Şterge-te apoi cu un prosop uscat şi îmbracă haine calde.

Sau stai într-un râu până la brâu, într-un lac sau bazin pentru o jumătate de oră. Repetă 'Om' sau Gayatri sau orice altă Mantra. Freacă partea de jos a abdomenului sau burta cu un prosop turcesc aspru sau cu o bucată de pânză Khadi, de mai multe ori. Aceasta poate fi practicată de două ori zilnic, dimineața şi seara, în timpul verii.
Duşurile reci, duşurile vertebrale şi băile reci sunt de un imens folos în practica Brahmacharya. Duşurile de baie pot fi uşor instalate acasă fixând un aparat de stropitoare de robinet.

Sirshasana, Sarvangasana, Siddhasana, Sukha-Purvak Pranayama şi Uddiyana Bandha sunt toate foarte eficiente în eradicarea spermatoreii. Practică-le şi realizează beneficiile incalculabile. Practică respirația adâncă şi Bhastrika Pranayama. Fă plimbări lungi. Fă sport.

Câteva sugestii de ajutor

Vindecarea completă poate dura una până la şase săptămâni, în concordanță cu intensitatea bolii. Dacă boala durează mult, vindecarea poate lua mult timp, pentru că procesele Naturii sunt încete dar sigure. De fiecare dată când eşti necăjit de gânduri senzuale, ar trebui să încerci să le înlocuieşti cu gânduri divine despre zeitatea ta favorită.

Lasă acolo orice boală. Ignoreaz-o. Neag-o. Gândeşte-te şi meditează la Sinele pur. Păstrează-te în întregime ocupat. Nu lăsa spațiu pentru minte să gândească la trup şi la boală. Acesta este

tratamentul pentru orice tip de boală. Cântă Numele lui Hari în diverse feluri. Când eşti obosit, studiază cărți religioase. Fă servicii lipsite de egoism. Aleargă în aer liber. Înoată în râu. Aruncă pietrele şi pietricelele de pe stradă. Scrie Ishta Mantra într-o carte timp de o oră.

Purifică mintea cultivând devoțiunea către Dumnezeu. Fă Japa şi meditează. Studiază cărți spirituale. Roagă-te la Dumnezeu. Păstrează Brahmacharya. Nu ne amesteca cu femei fără să fie necesar. Vezi doar pe Mama Divină în ele. Dezvoltă Atma-Bhava în toate.
Evită cinematograful, nuvelele, ziarele, compania rea, discuțiile rele. Nu te uita în oglindă prea des. Nu folosi parfumuri sau haine la modă. Nu merge la dans sau la petreceri muzicale. Nu te uita la animale sau păsări când se împerechează.

Rupe din rădăcini dragostea pentru distracție. Cucereşte lenea şi întotdeauna păstrează trupul şi mintea la lucru cu ceva folositor. Păstrarea minții constant la lucru este unul dintre secretele Brahmacharya. Condu o viață disciplinată, riguroasă. Nu zăbovi asupra bolii prea mult. Va trece. Când gânduri rele apar în minte, repetă Numele Domnului şi roagă-te. În cele din urmă grația divină a Domnului şi mâna ajutătoare este antidotul sigur pentru toate bolile. Bazează-te pe Dumnezeu. Fii devotat purității şi pietății. Împărtăşeşte gânduri sublime. Citeşte literatură sacră. Nimic nu ta va asalta.

Această slăbiciune va trece. Nu fi anxios, necăjit sau deprimat din cauza ei. Gândurile depresive sunt periculoase. Grija te va slăbi şi mai mult. Învață lecțiile trecutului şi beneficiază din ele. Nu zăbovi asupra trecutului şi nu fi slab. Schimbă-ți punctul de vedere. Practică cercetarea. Meditează la avantajele celibatului. Gândeşte-te la viețile Akhanda Brahmacharini-lor precum Hanuman, Bhishma şi ceilalți. Gândeşte-te la relele vieții senzuale, la pierderea sănătății, la ruşine, boală şi moarte. Cultivă discriminarea. Tu eşti copilul Domnului universului. Fericirea este în interiorul tău. Nu există nici o iotă de plăcere în obiectele simțurilor.

Disociază-te de trup; identifică-te cu Domnul. Dacă mintea ta este pură şi sănătoasă, trupul de asemenea va fi pur şi sănătos. Aşadar, uită trecutul şi începe o nouă viață de virtute şi spiritualitate,

dragoste pentru Dumnezeu şi aspiraţie pentru o viaţă divină mai înaltă. Învaţă să găseşti gust într-o viaţă divină. Fă mai multă Sadhana cu o mai mare intensitate. Vei fi o persoană complet schimbată şi binecuvântată.

20. CÂTEVA AJUTOARE PUTERNICE ÎN PRACTICA CELIBATULUI

Nu poţi avea un celibat perfect dacă nu foloseşti şi ajutoarele auxiliare. Trebuie să ai grijă în special la dietă şi la compania din jurul tău. Orice aduce gânduri impure în minte este o companie rea. O aspiranţi! Zburaţi departe de comania persoanelor cu minţile la lucruri lumeşti. Deportaţi-vă de forfota oraşelor şi de tumultul lumii. Cei ce vorbesc afaceri lumeşti te vor polua rapid. Mintea poate oscila şi va începe să rătăcească. Vei avea o cădere.

Nu citi romane amoroase sau de ficţiune. Nu merge la cinema şi la teatru. Şi nu-ţi fă prieteni dintre băieţii indezirabili. Ceea ce ai nevoie este co schimbare completă a viziunii, atitudinea ta către sexul opus. Priveşte Mama Divină în fiecare femeie şi consideră fiecare femeie ca fiind mama ta.

Controlul palatului

Mai întâi, controlul dietei. Există o conexiune intimă între controlul de sine şi controlul palatului sau al limbii. Cel ce a controlat limba a controlat deja toate celelalte organe.
Mâncarea Rajasică delicioasă excită organul de reproducere. Renunţă la carne, peşte, lichior, fumat. Carnea poate face un om de ştiinţă, dar niciodată un filosof, un înţelept sau o Persoană Sattvică. Carnea excită pasiunea.

Gradual renunţă la sare şi la tamarind. Sarea excită pasiunea şi emoţia. Sarea excită şi întăreşte Indriyas-urile. Renunţarea la sare aduce o condiţie liniştită a minţii şi a nervilor. Ea ajută meditaţia. Vei suferi puţin la început. Mai târziu vei savura o dieteă fără sare. Practică cel puţin pentru şase luni. În acest fel, vei putea să realizezi propria ta Svarupa rapid. Tot ceea ce se doreşte de la tine este efortul sincer şi cinstit. Fie ca Sri Krishna să-ţi dea curaj şi putere pentru a păşi pe calea

spiritualității şi pentru a atinge țelul vieții!

Nu încărca stomacul noaptea. Mesele de seara ar trebui să fie uşoare. Jumătate de litru de lapte sau câteva fructe vor constitui un regim bun pentru masa de seară.
Pentru Brahmacharya şi controlul limbii, ia câteva frunze de busuioc dimineața. Seara ia frunze de Neem. Începe cu o frunză, măreşte până la zece, câte una pe zi. Ia zece pentru câteva săptămâni; apoi măreşte la douăzeci. Aceasta este foarte bine.

Evită compania rea

Fotografiile obscene, cuvintele vulgare, şi romanele care conțin poveşti de dragoste excită pasiunea şi produc în inimă sentimente ruşinoase, rele, indezirabile. În timp ce, vederea unei fotografii bune a Domnului Krishna sau a Domnului Rama sau a Domnului Iisus şi ascultarea cântecelor sublime ale Surdas, Tulasidas şi Thyagaraja induc în inimă sentimente nobile şi devoțiune sincere, produc un fior divin şi lacrimi de bucurie şi Prem, şi elevează mintea la Bhava Samadhi instantaneu.
Vezi acum diferența clară?

Care este starea minții participi la un bal sau la o petrecere cu dansuri sau când citeşti "Misterele Londrei?" Care este starea minții când participi la o petrecere Satsanga a lui Swami Jayendrapuriji Maharaj din Benares sau când eşti la Rishikesh pe malurile Gangelui într-un loc izolat sau când studiezi Upanishadele clasice care elevează sufletul? Compară stările tale mentale. Aminteşte-ți, prietene, că nu este nimic mai dezastruos pentru suflet decât compania rea. Aspiranții ar trebui să evite fără milă tot felul de companii rele. Ei nu ar trebui să asculte poveşti despre femei, despre viețile de lux ale persoanelor bogate, mâncăruri picante, maşini, politică, îmbrăcăminte de mătase, flori, parfumuri şi altele, deoarece mintea este uşor excitată. Va începe să imite căile persoanelor care trăiesc în lux. Dorințele vor apare. Ataşamentul va veni de asemenea.

Cinematograful produce o tendință malefică în om. El nu poate rămâne nici o zi fără să meargă la un spectacol. Ochii lui vor să vadă fotografii cu femei pe jumătate goale şi unele feluri de culori;

iar urechile vor să audă puțină muzică. Tinerele fete şi băieții devin pătimaşi când văd actorii din filme că se sărută şi se îmbrățişează. Cei ce vor să se dezvolte pe ei înşişi pe linia spirituală ar trebui să evite în totalitate cinematograful. Ei nu ar trebui să particile nici măcar la aşa-zisele filme religioase. Ele nu sunt în realitate filme religioase. Este doar o şmecherie pentru a atrage oamenii şi a strânge bani. Care este calibrul spiritual al actorilor din acele filme? Doar oamenii spirituali pot produce poveşti impresionante cu moraluri bune care pot eleva mințile spectatorilor.

Pune punct vizionărilor de filme excitante dacă ai acest obicei. Nu fi martor la scene vulgare şi senzuale oriunde s-ar întâmpla să te afli. Nu te uita la fotografii cu femei goale. Toate acestea tind să mărească pasiunea şi să golească Veerya. Ar trebui să eviți toate astea cu strictețe.
Cititul romanelor este un alt obicei rău. Cei care au obiceiul să citească romane care tratează cu pasiunea şi dragostea nu pot sta nici o secundă fără să citească romane. Ei vor tot timpul ca nervii lor să fie gâdilați cu câteva sentimente senzaționale. Cititul romanelor umple mintea cu gânduri josnice, pătimaşe şi excită pasiunea. Este un mare duşman al păcii.

Mulți oameni au pornit biblioteci volante pentru distribuția romanelor pe baza unui mic abonament. Ei nu au realizat cât de mult rău fac țării. Ar fi mai bine să-şi caute o altă vocație pentru a-şi câştiga existența. Ei strică mințile tinerilor prin distribuția acestor romane fără valoare, care ajută la excitarea pasiunii. Întreaga atmosferă este poluată. O pedeapsă severă îi aşteaptă în Yama Loka.
Nu citi romane. Ele întinează mintea. Romanele sunt lanțuri ale civilizației din Vest pentru a captura victima inconştientă în cătuşe strălucitoare. Nu citi acele ziare care excită instinctele joase.

Cântecele imorale produc o profundă impresie rea în minte. Aspiranții ar trebui să fugă departe de locurile unde sunt cântate cântece vicioase.
Fă tot ceea ce îți stă în puteri pentru a-ți îndepărta mintea şi ochii de la obiectele externe care îndeamnă la dorințe sexuale. Renunță la citit, conversație şi imaginație şi asociațiiile care sunt înclinate să stimuleze dorința sexuală. Nu conversa cu cei care sunt nerăbdători să transmită ştiri iritante şi îți disturbă liniştea mentală. Trăieşte cu oameni avansați spiritual şi opreşte-te din citirea

cărților în afara celor care sunt direct spirituale.

Când gândurile de patimă se ridică în minte, nu te lupta cu ele. Cea mai bună metodă este să le ignori. Dacă nu ai succes astfel, rămâi în compania cuiva care îți este superior spiritual, care este mai avansat decât tine din punct de vedere spiritual. Dacă te izolezi, mintea te va urmări şi gândurile senzuale te vor doborâ. Îți vei pierde echilibrul. Fii vigilent. Gândurile sexuale vor trece cu puțină vigilență.

Ai grijă de gânduri

Un gând rău intră în minte şi apare erecție Indriya. Nu este asta o minunne? Deoarece se întâmplă des, nu îți apare ca o minune sau un miracol. Ai ignorat acest punct de vedere vital din cauza ignoranței.
Mintea este o mare baterie de electricitate. Este un mare dinam întradevăr. Este o centrală de energie. Nervii sunt fire izolate care transmit curenți electrici, impulsuri nervoase către diverse organe, țesuturi şi extremități, mâini, picioare.

Există o vibrație a gândului în minte datorită vibrației Pranei fizice. Această foță a gândului este transmisă cu o viteză uluitoare de-alungul nervilor către organe. Trupul fizic este un model din carne preparat de minte în concordanță cu Samskaras-urile şi Vasanas-urile pentru propria ei experiență şi bucurie. Mintea influențează organele unui om pătimaş indisciplinat care are Indriyas-uri impulsive revoltătoare. Ea devine servitorul obedient şi credincios al Yoghinului antrenat şi dezvoltat.

Un Brahmachari vigilent tot timpul ar trebui întotdeauna să-şi privească gândurile cu atenție. El nu ar trebui niciodată să lase vreun gând rău să intre pe poarta fabricii mentale. Dacă mintea lui este tot timpul fixată asupra Dhyeya sau Lakshya sau a obiectului de meditație, nu există spațiu pentru intrarea unui gând rău. Chiar dacă gândul rău a trecut de poarta minții, el nu ar trebui să lase mintea să-şi asume starea mentală cu această idee. Dacă el cade victimă, gândul-curent va fi transmis

trupului fizic. Arderea Indriyas-urilor şi a sistemului nervos fizic va urma. Aceasta este o condiție serioasă.

Gândul rău ar trebui să fie distrus încă de la început prin înlocuirea lui cu gânduri divine. El nu ar trebui să fie lăsat să penetreze trupul fizic. Dacă voința ta este puternică, gândul rău poate fi gonit imediat. Pranayama, rugăciunea viguroasă, Vichara, contemplarea Atmică, meditația Saguna şi Satsanga pot distruge de la început gândurile chiar din pragul fabricii mentale. Lupta va fi dură la început. Când devii din ce în ce mai pur, când puterea voinței se dezvoltă, când dozvolți mai multă Sattva sau puritate şi când ai o stare obişnuită de meditație, vei fi stabilit în Brahmacharya fizică şi mentală. Înțelege puterea gândului şi utilizeaz-o profitabil. Înțelege căile minții. Învață să foloseşti voința pură. Fii vigilent, un privitor îndemânatic al gândurilor tale. Taie-le prin îndemânare şi înțelepciune înainte ca ele să-şi ridice capetele în afara minții.

Mintea este cea care face cu adevărat toate acțiunile. O dorință se ridică în minte şi apoi gândeşti. Atunci începi să acționezi. Determinarea minții este pusă în acțiune. Mai întâi există Sankalpa sau gândul şi apoi vine acțiunea. Aşadar, nu lăsa gândurile sexuale, să intre în minte.
Ceea ce este gândit este rostit de limbă. Ceea ce limba vorbeşte, organele de acțiune îndeplinesc. Acesta este motivul pentru care se spune în Vede: "Mintea mea să se gândească doar la lucruri de bun augur." Întreține gânduri sublime divine. Vechiul gând rău sexual va dispărea gradual, la fel cum vechiul cui din scândură iese când bați peste el un cui nou.

Cauta Satsanga sau compania bună

Gloria Satsanga sau asocierea cu sfinți înțelepți, Yoghini, Sannyasini şi Mahatmas nu poate fi descrisă. Gloria şi puterea Satsanga este descrisă în diverse felui în Bhagavata, Ramayana şi alte scripturi. Chiar şi un moment petrecut în compania oamenilor înțelepți este suficient pentru a repara vechile Samskaras vicioase ale oamenilor cu mintea la cele lumeşti. Aura magnetică, vibrațiile spirituale şi curenții puternici ai gândurilor ai adepților dezvoltați produc o influență uluitoare în mințile persoanelor preocupate de cele lumeşti.

Contactul personal al Mahatmas este o binecuvântare în realitate pentru persoanle preocupate de cele lumeşti. Serviciul sfinților purifică rapid minţile oamenilor pătimaşi. Satsanga elevează mintea la înălțimi mărinimoase. La fel cum un singur băț de chibrit arde grămezi mari de bumbac în câteva secunde, tot aşa, compania sfinților arde toată ignoranța, toate gândurile şi Samskaras-urile pasiunii şi acțiunilor rele într-o perioadă de timp redusă. Acesta este motivul pentru care Sankara şi alții au vorbit aşa de frumos despre Satsanga în cărțile lor.

Dacă nu poți obține Satsanga în locul în care te afli, poți vizita locuri de pelerinaj precum Rishikesh, Benares, Nasik, Prayag, Haridvar. Studiul cărților scrise de persoanele realizate vor fi asemănătoare Satsanga. Singurul lucru potent petnru a induce Vairagya arzătoare şi dorința pentru eliberare este Satsanga.

Cultivă Viveka şi Vairagya

O persoană ar trebui să obțină Viveka sau disriminarea între Sinele real şi trupul impur ireal. Aspirantul ar trebui să scoată în evidență în fața minții defectele vieții sexuale, şi anume, pierderea energiei, enervarea simțurilor, boala, naşterea şi moartea, ataşamentul şi diversele feluri de nenorociri. El ar trebui să-şi amintească iar şi iar despre părțile trupului unei femei - carne, sânge, oase, fecale, urină, puroi şi flegmă. Aceste idei ar trebui să fie repetate mereu în minte. Aspirantul ar trebui întotdeauna să se gândească la nemuritorul şi eternul pur Atman şi la gloria vieții spirituale, şi anume, la atingerea nemuririi, fericirea eternă şi pacea supremă.

Gradual mintea va fi dezobişnuită să mai privească la o femeie, indiferent cât de frumoasă ar fi ea. Mintea se va cutremura la privirea unei femei cu un gând rău. Femeile de asemenea ar trebui să treacă prin practicile de mai sus ele însele pentru a fi stabilite în puritate.
Un Viveki nu face nici o diferență între un bărbat şi o femeie. Aceleaşi Tattve - pasiune, mânie, lăcomie şi Moha - care sunt prezente în bărbat sunt de asemenea prezente într-o femeie. Doar bărbatul pătimaş care este plin cu pasiune arzătoare găseşte diferențele imaginare. Diferențele sunt

toate creații mentale sau Kalpita Bheda.

Nimic nu te poate tenta în această lume dacă dezvolți Vairagya, dacă îți supui Indriyas-urile, şi dacă eviți bucuriile şi plăcerile ireaşi şi trecătoare din această lume pieritoare, ca fiind bălegar, ca pe o otravă. Nu vei mai avea atracție pentru femei şi alte obiecte pământeşti. Pofta trupească nu va putea să te cuprindă. Vei avea pace eternă şi fericire infinită.
Aminteşte-ți constant: "Prin grația lui Dumnezeu, devin din ce în ce mai pur, în fiecare zi. Plăcerile vin dar nu stau. Carnea muritoare este doar pământ. Totul va trece. Brahmacharya este singura cale." Dezvoltă Viveka şi Vairagya.

Aspiranții ar trebui să studieze cartea "Vairagya Satkama" a lui Bhartrihari şi alte lucrări despre Vairagya. Aceasta va induce Vairagya în minte. Amintirea morții şi durerile Samsarei de asemenea te vor ajuta într-o măsură considerabilă. Nu ar fi greşit să atragem atenția cititorului asupra unor călugări budhişti care întotdeauna păstrează cu ei un craniu. Aceasta este pentru a cauza Vairagya în ei şi pentru a le reaminti de natura impermanentă şi trecătoare a vieții umane.

Un filosof odată ținea în mâini craniul unei femei şi a început să filosofeze astfel: "O craniule! Cu ceva timp în urmă m-ai tentat cu pielea strălucitoare şi obrajii îmbujorați. Acum, unde sunt farmecele tale? Unde sunt acele buze de miere şi ochi ca lotusul?" Astfel el a dezvoltat o Vairagya intensă. Dacă analizezi diferitele părți ale trupului uman şi păstrezi o imagine a cărnii şi oaselor în fața ochiului mental, nu vei avea ataşament deloc pentru trupul tău sau trupul unei femei. De ce nu încerci această metodă?

Amintirea scheletului şi a trupului mort al unei femei va induce Vairagya în mintea ta. Trupul a venit dintr-o descărcare împuțită. Este plin de impurități. În final, va fi redus la cenuşă. Dacă îți aminteşti asta, Vairagya va apărea în mintea ta. Atracția pentru femei va dispărea gradual. Dacă plasezi în fața minții tale figura bolnavă a unei femei sau fotografia unei femei foarte bătrâne, vei dezvolta Vairagya. Aminteşte-ți durerile Samsarei, irealitatea obiectelor, şi legătura care vine din ataşamentul față de soție şi copii. Încearcă orice metodă ți se potriveşte cel mai bine.

Stai jos şi gândeşte-te, calm şi sincer, ce frumusețe este într-o femeie al cărei trup este compus din carne, oase, nervi, grăsime, măduvă şi sânge. Unde este frumusețea în aceiaşi femeie când ea devine bătrână? Priveşte la condiția ochilor şi la trupul unei femei duă un atac de febră pentru şapte zile! Care este starea frumuseții ei? Unde este frumusețea dacă ea nu face baie pentru o săptămână? Mirosul este abominabil. Priveşte la femeia senilă în vârstă de optzeci şi cinci de ani care stă într-un colț, cu ochii pierduți, obraji ofiliți şi pielea ridată! Analizează părțile unei femei, realizează adevărata lor natură.

Femeia este cea mai care cauză a deziluziei. Femeile sunt flăcări ale viciului. Ele sunt un foc aprins, care distrug bărbatul ca pe un pai. Domnişoara frumoasă este ca un drog otrăvitor care distruge viața cauzând o intoxicație pătimaşă şi întunecarea puterii de discriminare. Această lume misterioasă a început cu femeia şi este susținută de femeie. Cum aşadar, fără renunțarea la femeie, este posibil să atingi fericirea eternă a lui Brahman? Trupurile acelor domnişoare arătoase care sunt răsfățate de bărbați proşti sunt duse la cimitir după de Pranele lor dispar. Bestiile şi viermii se hrănesc cu carnea lor. Şacalii şi vulturii le rup pielea. Fără renunțarea la femeie, este imposibil să ajungi la realizarea Sinelui.

O notă de clarificare

Femeile nu ar trebui să fie ofensate când citesc aceste rânduri. Eu doar am reprodus învățăturile lui Sankaracharya şi Dattatreya. Eu doar vreau să impresionez ambele sexe cu froța şi gloria Brahmacharya şi cu efectele rele ale poftelor trupeşti. Eu am o mare stimă şi admirație pentru femei.

Brahmacharza ar trebui să fie practicată de ambii bărbați şi femei. Femeile de asemenea pot păstra o fotografie mentală a părților componente ale trupului unui bărbat pentru a creea în ele însele dezgust pentru trupul fizic al bărbatului şi pentru a dezvolta Vairagya.

Simpla condamnare a poftei trupeşti nu este suficientă pentru a dezobişnui mintea cu plăcerea sexuală. Ține minte bine acest lucru. Pofta trupească este potentă. Este virulentă. Patima este formidabilă. Pofta trupească este incontrolabilă în persoanele cu voință slabă. Omul ar trebui să fie conştient de asemenea de căile Maya-ei, care îl prinde în plasa ei sau în capcană. O femeie ar trebui să fie conştientă de farmecele bărbatului care o ademeneşte şi o transformă într-o pradă a bărbatului, iar bărbatul ar trebui să fie conştient de farmecele unei femei care îl ademenesc şi îl transformă într-o pradă a femeii. Bărbatul de asemenea are mult farmec în el pentru a prinde în capcană o femeie. Bărbatul apare mai frumos în ochii unei femei decât femeia în ochii bărbatului. Bărbatul de asemenea încearcă să prindă în capcană o femeie prin îmbrăcăminte, gesturi, zâmbet, afecțiune, privire, cuvinte înflorite, diferite moduri de a-şi aranja părul şi alte şmecherii.

Pofta trupească este o forță potentă, foarte dificil de eliminat. Acesta este motivul pentru care Sastras-urile şi sfinții cenzurează şi condamnă femeile pentru a crea dispreț şi discriminare în bărbați şi pentru a-i dezobişnui de tendințele pătimaşe şi atacurile agresive. Sri Sankara, Sri Dattatreya, Sri Rama, Sri Tulasidas toți au criticat femile nu din cauza urii, a prejudecăților sau a neplăcerii, ci din compasiune pentru elevarea oamenilor din mlaştina Samsara-ei. Criticile lor în privința femeilor implică şi includ critici în privința bărbaților de asemenea. Criticile lor țintesc la dezobişnuirea minților persoanelor lumeşti de păcatul sexual şi crearea dezgustului pentru plăcerile sexuale, dispreț față de obiectele lumeşti. Acest lucru nu este înțeles de oameni.

Aceleaşi scripturi şi sfinți care cenzurează femeile într-un loc, le laudă în altul. Ele spun, "Femeile ar trebui să fie cinstite. Ele sunt Ardhanginis. Ele sunt manifestări ale Sakti sau energia lui Dumnezeu. Numai cei care cinstesc femeile pot atinge prosperitatea." Aşadar, O femei! Încercați să cunoaşteți inima scripturilor şi a sfinților şi deveniți înțelepte.

Mințile tinerilor sunt saturate cu Samskaras şi Vasanas impure datorate companiilor vicioase şi civilizației moderne false. Chiar şi compania sau discuțiile despre femei sunt suficiente pentru a trage mintea către gânduri vicioase. Aşadar, trebuie să pun în fața minților marii majorități a oamenilor un tablou mental astfel încât simpla companie a femeilor să stârnească haos. Când spun

că femeia este doar un sac din piele, eu nu urăsc femeile în nici un fel. Spun asta doar pentru a produce dezgust şi pentru a induce Vairagya. Cu adevărat, o femeie ara trebui să fie adorată ca Mama Sakti. Ea este creatoarea, generatoarea şi hrănitoarea universului. Ea trebuie să fie venerată. În India, religia este păstrată şi menținută doar prin elementul devoțional din femei. Devoțiunea este o caracteristică fundamentală a femeilor Hinduse. Urăşte patima, dar nu femeile.
La început, până dobândeşti Vairagya şi Viveka, trebuie să tratezi compania femeilor ca pe otravă. Când obții Viveka şi Vairagya, atunci pofta nu te poate cuprinde.

Vei vedea şi vei realiza, "Sarvam Khalvidam Brahma. Totul este numai Brahman." Vei avea Atma-Drishti. Ideea sexuală va dispărea atunci.

Un jurământ este de mare ajutor

Un jurământ pentru celibat îți va da protecție împotriva tentației. Este o armă puternică pentru a ataca pofta trupească. Dacă nu depui un jurământ de castitate, mintea te va tenta în orice moment. Nu vei avea putere să rezişti tentației şi vei deveni o victimă sigură. Celui care este slab şi efeminat îi este frică să facă jurământul. El aduce diverse scuze şi spune, "De ce ar trebui să fiu legat de un jurământ? Voința mea este puternică. Pot rezista oricărui tip de tentație. Fac Upasana. Practic cultura voinței." El se căieşte în final. El nu are control asupra simțurilor. Doar acel bărbat, în care dorința subtilă pentru obiectul la care trebuie să renunțe rămâne ascunsă în colțurile minții, foloseşte asemenea scuze. Trebuie să ai înțelegerea corectă, discriminarea şi detaşarea. Atunci doar renunțarea ta va fi de durată şi permanentă. Dacă renunțarea nu este rezultatul discriminării şi detaşării, mintea doar va aştepta pentru o oportunitate pentru a se reântoarce la obiectul la care s-a renunțat.

Dacă eşti slab, depune un jurământ pentru o lună şi apoi extinde-l la trei luni. Vei câştiga putere acum. Vei putea să prelungeşti perioada la şase luni. Gradual vei putea să extinzi jurământul la unul sau trei ani. Dormi separat şi fă Japa viguros, Kirtan şi meditează zilnic. Vei urâ pofta trupească acum. Vei expermenta libertate şi o bucurie de nedescris. Partenerul tău de viață de

asemenea ar trebui să facă Japa, să mediteze zilnic.

O Mohan, ai făcut o crimă impardonabilă prin nerespectarea jurământului de castitate. Cum poate exista religie sau spiritualitate când există pasiune? Eşti un om bătrân. De ce repeți fără ruşine vechiul act ruşinos, aducând ca scuză: "Vechila Vasanas sunt puternice; circumstanțele sunt puternice." Nimeni nu îți va auzi răspunsul. Va trebui să-ți tai pasiunea de fiecare dată când îşi ridică gluga. Fie ca Domnul Siva să-ți dea putere să controlezi acest duşman nenorocit şi să continui Sadhana spirituală.

Cultura voinței şi augosugestia

Dacă poți să-ți faci voința pură, puternică şi irezistibilă prin eliminarea dorințelor, prin eradicarea Raga-Dvesha, prin reducerea nevoilor şi practicarea Titiksha, pasiunea va muri. Voința este un duşman puternic al pasiunii.

Pofta trupească îşi are originea în hotărârea impură. Indulgența o întăreşte. Când te întorci hotărât de la ea, dispare şi moare.
Stai singur în camera ta de meditație. Închide ochii. Încet repetă iar şi iar următoarea formulă. Lasă mintea să zăbovească asupra semnificației formulei. Saturează mintea şi intelectul cu aceste idei. Întregul sistem, carne, sânge, oase, nervi şi celule ar trebui să vibreze puternic cu următoarele idei:
Sunt toată puritatea, Suddhoham Om Om Om
Sunt Atman fără sex Om Om Om
Nu există patimă şi nici Vasana sexuală în Atman Om Om Om
Patima este Vikara mentală; Eu sunt o Sakshi al acestei Vikara Om Om Om
Eu sunt Asanga Om Om Om
Voința mea este pură, puternică şi irezistibilă Om Om Om
Sunt în totalitate stabilită în Brahmacharya fizică şi mentală Om Om Om
Simt puritatea acum Om Om Om

Poți avea o şedință noaptea de asemenea. Stai pentru zece minute la început. Gradual măreşte perioada la o jumătate de oră. Menține Bhav de asemenea.
Scrie pe o foaie de hârtie, cu litere mari, cuvântul "Om Puritate" de şase ori. Păstrează hârtia în buzunar. Citeşte-o de mai multe ori în timpul zilei. Păstreaz-o de asemenea într-un loc proeminent în casa ta. Păstrează imaginea cuvântului "Om Puritate" clar în fața minții.
Aminteşte-ți de mai multe ori zilnic Sfinții Brahmachari şi acțiunile lor puternice. Gândeşte-te la multiplele avantaje ale unei vieți pure în Brhamacharya şi dezavantajele şi relele unei vieți impure. Niciodată nu părăsi practica. Fii regulat şi sistematic. Gradual vei deveni din ce în ce mai pur şi în cele din urmă vei deveni un Yoghin Oordhvareta. Fii răbdător.

Zilnic spune: "Prin grația lui Dumnezeu, devin din ce în ce mai bun, în fiecare zi, în fiecare aspect." Aceasta este autosugestie. Aceasta este o altă metodă eficientă.

Schimbă Drishti sau punctul de vedere

Ar trebui să întreții Mama-Bhav sau Isvari-Bhav sau Atma-Bhav în privința femeilor. Femeile de asemenea ar trebui să întrețină Pitha-Bhav sau Isvar-Bhav sau Atma-Bhav în privința bărbaților. Sora-Bhav nu este suficient. Poți cădea. Întreținerea sorei-Bhav în bărbați şi a fratelui-Bhav în femei a înşelat şi decepționat pe mulți. Dragostea pură va degenera în orice moment în patimă când o persoană este neatentă şi lipsită de vigilență. Cobra-Bhav va ajuta Sadhakas într-o măsură mare. După cobra-Bhav vine mama-Bhav în bărbat şi tatăl-Bhav în femeie. Atunci în final vine Atma-Bhav în ambii. Numai aspiranții care se luptă cu adevărat pot realiza asta bine, nu filosofii simpli.

Cultivarea Bhav este foarte dificilă. Poți eşua să dezvolți Bhav că toate femeile sunt mamele tale şi surorile late de o sută de ori. Nu contează. Practică cu tenacitate. Eşti sortit să ai succes în final. Va trebui să distrugi vechea minte şi să construieşti o nouă minte. Vei avea succes cu siguranță dacă eşti tenace şi hotărât şi dacă ai o determinare de fier. Bhav se va manifesta gradual prin practica constantă. În curând vei fi stabilit în acel Bhav. Acum eşti sigur.

Un bărbat sau o femeie ar trebui să practice analiza de sine şi auto-examinarea. ei ar trebui să aibe înțelegerea corespunzătoare a căilor în care pofta operează şi joacă, şi lucrurile şi emoțiile care excită pasiunea şi maniera în care cineva cade victimă celeilalte. Atunci doar controlul poftei trupeşti este posibil.

Mintea va încerca din nou să cauzeze discordie în interior. Ea este foarte diplomatică. Este foarte dificil să-i afli căile şi operațiile secrete şi ascunse. Este necesar un intelect subtil, şi introspecție atentă repetată şi priveghere vigilentă. De fiecare dată când imaginea unei femei răsare în mintea ta cu gânduri rele, repetă mental, "Om Durga Devyai Namah" şi fă prostrări mentale. Gradual, gândurile rele vor muri. De fiecare dată când vezi o femeie, susține acest Bhav şi repetă mental această Mantra. Drishti-ul tău sau viziunea vor deveni caste. Toate femeile sunt manifestări ale Mamei Lumii. Distruge ideea că femeia este un obiect de satisfacție şi substituie ideea că ea este un obiect de venerare şi manifestarea Mamei Durga sau Kali.

Schimbă Bhav, schimbă atitudinea mentală. Vei avea raiul pe pământ. Vei fi stabilit în Brahmacharya. Aceasta este o metodă importantă pentru a deveni un Brahmachari adevărat. Vezi Atman în toate femeile. Respinge toate numele şi formele şi păstrează doar esența fundamentală, Asti-Bhati-Priya sau Sat-Chit-Ananda. Toate numele şi formele sunt nereale. Ele sunt ireale precum umbrele, apa dintr-un miraj şi albastrul cerului.

Pentru un om de ştiință, o femeie este doar o masă de electroni. Pentru un filosof Vaiseshika din şcoala de gândire a lui Rishi Kanada, ea este o conglomerație de atomi-Paramanu, Dvyanu, Tryanu. Pentru un tigru, ea este un obiect de pradă. Pentru un soț pasionat, ea este un obiect de satisfacție. Pentru un copil care plânge, ea este mama afectuoasă care dă lapte, dulciuri şi alte bucurii. Pentru o cumnată geloasă sau o soacră, ea este un duşman. Pentru un Viveki sau un Vairagi, ea este o combinație de carne, oase, urină, materie fecală, puroi, respirație, sânge şi felgmă. Pentru un Jnani împlini, ea este Sat-Chit-Ananda Atman.

Pasiunea se va ridica atunci când te gândeşti la trupul unei femei. Când eşti în compania femeilor,

gândeşte-te la Sinele Atman pur şi nemuritor care este ascuns în trupul femeilor. Străduieşte-te constant. Ideea de sex va dispărea gradual, şi odată cu ea, atracția şi patima de asemenea. Aceasta este cea mai potentă metodă pentru a eradica pasiunea şi ideea de sex, Mental repetă formula, "Ek Sat-Chit-Ananda Atman." Aceasta va duce la anihilarea pasiunii şi la realizarea Vedantică a unității şi unicității de asemenea.

Nu există sex şi nici Vasana sexuală în Brahman. Brahman este Nitya-Suddha, etern pur: Prin gândirea constantă la Atman cel fără sex, vei fi stabilit în Brahmacharya. Aceasta este cea mai puternică şi eficientă metodă. Aceasta este cea mai bună formă de Sadhana pentru cei care ştiu tehnica corectă de Vichara. Dar, numai studenții avansați pe calea Jnana Yoga pot să se bazeze exclusiv pe metoda Brahma Vichara pentru distrugerea pasiunii. Pentru marea majoritate a oamenilor, o metodă combinată este foarte potrivită şi sănătoasă. Când duşmanii sunt foarte puternici, o metodă combinată de bețe, pistoale, puşti, mitraliere, submarine, torpile, bombe şi gaze otrăvitoare sunt folosite pentru distrugerea duşmanilor. Tot aşa, pentru distrugerea acestui duşman puternic, pasiunea, o metodă combinată este absolult necesară.

21.HATHA YOGA ÎN AJUTOR

Practica regulată a unor Asane Yoga şi a unor exerciții de Pranayama vor ajuta considerabil eforturile unei persoane pentru a opri impulsurile sexuale. Sirshasana şi Sarvangasana te vor ajuta mult pentru a deveni un Oordhvaretas. Ele sunt de asemenea numite Vipareeta Karani Mudras. Ele sunt indicate în special de către Rishi din trecut precum Geranda, Matsyendra şi Goraksha pentru a ne transforma în Oordhvaretas. Şi prin Pranayama, mintea gradual trece de la grosier la subtil. Ea reprezintă aşadar o piedică asupra iritării sexuale. Când gândurile rele îți disturbă mintea, imediat practică Padmasana sau Siddhasana şi practică Pranayama. Gândul te va părăsi imediat.

Siddhasana

Această asana este foarte lăudată de Yoghini pentru practica Brahmacharya. Ea te va ajuta în controlarea pasiunii şi oprirea emisiilor nocturne şi în transformarea ta într-un yoghin Oordhvareta. Această Asana este folositoare pentru şedințele de Japa şi meditație.

Plasează călcâiul stâng la anus. Păstrează călcâiul drept la rădăcina, sau chiar deasupra, organului de reproducere. Păstrează trupul, gâtul şi capul drepte. Plasează mâinile pe călcâiul drept. Stai pentru o jumătate de oră la început şi apoi măreşte perioada până la trei ore. Să stai pentru trei ore într-o Asana se numeşte Asana Jaya sau stăpânirea unei Asana.

Sirshasana

Aceasta este regina tuturor Asanelor. Avantajele care sunt derivate din această asana sunt incalculabile şi indescriptibile. Aceasta este în special desemnată pentru oprirea descărcărilor nocturne şi pentru a ajuta curgerea spermei către creier în forma Ojas Sakti sau energiei spirituale.

Întinde o pătură împăturită pe pământ. Pune degetele împreună şi păstrează mâinile pe pătură. Acum plasează vârful capului între mâini. Încet ridică picioarele fără smucituri până când sunt verticale. Ajută-te de un zid la începutul practicii sau cere ajutorul unui prieten să te țină de picioare. După o perioadă de practică vei putea să-ți menții echilibrul. Când Asana se termină, adu picioarele jos foarte, foarte uşor. Când rămâi în această Asana respiră doar pe nas.

Kumbhaka neregulată, Rechaka şi retenția Puraka, exhalația şi inhalația vor face Asana instabilă. Fă această Asana când stomacul este gol sau uşor. Multe boli cronice, incurabile ale stomacului, intestinelor, plămânilor, inimii, rinichilor, sistemului urinar, urechilor şi ochilor sunt vindecate de practica regulată a acestei Asana.
Când picioarele se bâțâie, reține respirația pentru scurt timp. Atunci picioarele vor deveni ferme.

Sarvangasana

Aceasta este o postură importantă, care te ajută cu siguranță în practica Brahmacharya. Sistemul digestiv, circulator şi nervos sunt imediat tonificate într-o manieră misterioasă de practica Sirshasana şi Sarvangasana. Acestea nu sunt Arthvada sau Rochak Sabdha sau simple elogii, prietenii mei dragi! Practicați şi simțiți influențele benefice voi înşivă. Acesta este cel mai bun remediu pentru vise ude şi diverse alte boli. Apare o strălucire sănătoasă în ochii practicantului şi un luciu specific, şarm, frumusețe şi aură magnetică pe fața lui.

Întinde o pătură pe pământ. Stai lungit pe spate. Încet ridică picioarele. Ridică trunchiul, şoldurile şi picioarele. Sprijină spatele cu mâinile de fiecare parte. Întreaga greutate a trupului stă acum pe umeri şi coate. Păstrează picioarele nemişcate. Apasă bărbia în piept ferm. Respiră încet, doar prin nări. Începe cu cinci minute şi încearcă să rămâi în Asana atâta timp cât poți.

Matsyasana

Aceasta trebuie practicată imediat după Sarvangasana. Ea va ameliora imobilitatea gâtului şi toate crampele regiunii cervicale cauzate de practica îndelungată a Sarvangasana. Aceasta face un masaj natural al părților congestionate ale gâtului şi umerilor. Mai mult, ea asigură că studentul derivă beneficiile maxime din practica Sarvangasana.

Stai în Padmasana pe pătură păstrând piciorul drept peste coapsa stângă şi piciorul stâng pe coapsa dreaptă. Apoi stai lungit pe spate. Întinde capul înapoi astfel încât vârful capului stă pe sol ferm pe de o parte şi doar fesele pe de alta, astfel făcând un pod cu trunchiul. Plasează mâinile pe coapse sau prinde degetele. Va trebui să îndoi bine spatele. Matsyasana este distrugătoarea multor boli. Aceasta este foarte folositoare în genereal pentru sănătate.

Padangushthasana

Plasează călcâiul stâng chiar în centrul perineului - spațiul dintre anus şi penis. Pune întreaga greutate a trupului pe degete, în special pe degetul mare stâng. Plasează piciorul drept peste coapsa stângă, lângă genunchi. Stai atent acum, păstrând echilibrul. Dacă ți se pare dificil să practici această Asana independent, poți recurge la ajutorul unei bănci sau să stai lângă un perete. Plasează mâinile pe şolduri. Respiră încet.

Spațiul perineal este lat de patru inchi. Sub acest spațiu stă Veerya Nadi care poartă sperma de la testicule. Apăsâng acest Nadi cu călcâiul, curgerea spermei în afară este oprită. O practică perseverentă a acestei asana elimină visele ude şi spermatoreea şi transformă practicantul într-un Yoghin Oordhvareta. O combinație a Asana-elor precum Sirshasana, Sarvangasana şi Siddhasana este foarte indicată pentru păstrarea Brahmacharya. Fiecarea are acțiunea ei specifică. Siddhasana acționează asupra testiculelor şi celulelor din acestea şi previn formarea spermei. Sirshasana şi Sarvangasana ajută curgerea spermei către creier. Padangushthasana acționează asupra canalului spermatic.

Instrucțiuni asupra practicii asanaelor

Exercițiile fizice elimină Prana în afară. Asana-ele trimit Prana înăuntru. Asana-ele sunt nu doar fizice, ci de asemenea spirituale. Ele ajută mult în controlarea simțurilor, a minții şi a trupului. Trupul, nervii şi muşchii sunt purificați. Dacă faci Dhand şi Bhaitak de cinci sute de ori pe zi pentru cinci ani, dezvoți doar muşchii superficiali ai trupului. O persoană poate dezvolta un fizic frumos practicând exerciții fizice. Dar, Asana-ele au ca scop dezvoltarea atât fizică cât şi spirituală.

Întinde o pătură pe sol şi practică Asana pe ea. Foloseşte o pernă subțire sub cap când faci Sirshasana. Poartă un Langoti sau Kaupin sau o cârpă pentru şolduri când practici Asana. Evită folosirea ochelarilor şi a prea multor haine.

Cei ce practică Sirshasana pentru o perioadă lungă de timp ar trebui să consume un pahar cu lapte la finalul Asana-ei. Fii regulat şi sistematic în practică. Cei ce practică cu întreruperi nu vor culege multe beneficii. Practica regulată este foarte necesară dacă cineva doreşte să realizeze maximul beneficiileor unei Asana. În general, oamenii practică pentru două luni la început cu mare interes şi entuziasm şi apoi renunță la practică. Aceasta este o greşală tristă.

Asanele ar trebui să fie executate cu stomacul gol sau uşor sau la cel puțin trei ore după masă. Poți combina avantajos Japa şi Pranayama în timpul practicii asanelor. Atunci va deveni Yoga reală. Asanele pot fi practicate pe malurile nisipoase ale râurilor, în aer liber, şi pe malul mării de asemenea. Dacă practici Asane şi Pranayama într-o cameră, ai grijă ca acea cameră să nu fie congestionată. Camera ar trebui să fie curată şi bine ventilată.

La începutul practicii, fă fiecare Asana pentru un minut sau două doar şi apoi gradual şi încet măreşte perioada atât de mult cât poți.
Evită eforturile prea mari când faci exerciții Yoghine. Ar trebui să existe bucurie şi exaltare în timpul practicii.
Aici am prezentat instrucțiuni pentru câteva Asane selecționate care sunt foarte folositoare pentru menținerea Brahmacharya. Pentru instrucțiuni despre aproape nouăzeci de Asane, studiați cartea mea "Asane Yoga".

Mula Bandha

Apasă Yoni-ul sau spațiul dintre anus şi organul de reproducere cu călcâiul stâng. Contractă anusul. Plasează călcâiul drept la rădăcina organului de reproducere. Aceasta este Mula Bandha. Apana Vayu, care are ca funcție eliminarea excrementelor, are tendința naturală de a se mişca în jos. Prin practica Mula Bandha, Apana Vayu este făcut să se mişte în sus prin contractarea anusului şi tragerea lui cu putere în sus. Mula Bandha este foarte folositoare pentru menținerea Brahmacharya. Aceasta este practicată în timpul inhalării în Pranayama şi în timpul Japa şi meditației de asemenea.

Mula Bandha este o Kriya Yoga care ajută studentul yoghin să urce Apana şi energia sexuală. Tendința Apana este de a curge în jos. Această curgere în jos a lui Apana şi a energiei sexuale este oprită de practica Mula Bandha. Studentul yoghin stă în Siddhasana şi direcționează Apana şi energia sexuală în sus prin contractarea anusului şi a practicării Kumbhaka sau a reținerii respirației. Prin practica îndelugată, curgerea în jos a spermei este oprită şi sperma este sublimată sau transmutată în Ojas Sakti sau energie spirituală, care ajută contemplația. Această Bandha opreşte visele ude şi ajută la menținerea Brahmacharya.

Asemenea practici Yoghine benefice prescrise de Rishi şi Yoghinii din trecut sunt folosite greşit de oameni şi prescrise greşit de culturişti yoghini ignoranți şi neexperimentați cum sunt multi în zilele noastre. Ei învață această Kriya publicului necunoscător pentru a-şi atinge țelurile lor egoiste şi pentru a trăi comfortabil. Ei fac reclame pompoase că oamenii pot să-şi rețină fluidul vital pentru o perioadă lungă de timp şi pot avea satisfacții sexuale intense pentru o lungă perioadă de timp cu ajutorul acestei Kriya. Ei învață această Bandha familiştilor bogați. Unii familişti înşelați sunt atraşi de asemenea declarații ale yoghinilor şarlatani - al căror țel este îmbogățirea şi traiul comfortabil - şi recurg la această Kriya. Ei dau frâu liber pasiunii prin puterea acestei Kriya, îşi pierd vitalitatea şi ajug la durere şi distrugere într-o perioadă scurtă de timp. Prin practica nesăbuită a acestei Kriya, Apana este dislocată şi se îmbolnăvesc de diferite boli precum colici, constipație şi hemoroizi.

Aceşti culturişti yoghini au făcut mult rău publicului. În loc să prescrie această Kriya folositoare dăruită de Rishi şi Yoghinii din trecut pentru atingerea Brahmacharya şi pentru succesul în Pranayama, aceste suflete înşelate au excitat familiştii să devină mai pătimaşi şi să-şi satisfacă şi mai mult pasiunile josnice. Ei au adus o insultă ştiinței yoga şi yoghinilor.

Ei spun: "Trebuie să ne mişcăm în conformitate cu timpurile moderne. Oamenii vor asta. Le plac asemenea Kriya-suri. Ei au beneficii. Ei sunt mai fericiți practicând această Kriya." Minunată filosofie întradevăr! Aceasta este filosofia Epicureanilor şi Charvakaşilor. Aceasta este filosofia lui

Virochana. Aceasta este filosofia cărnii.

O omule ignorant! Deschide ochii. Trezeşte-te din somnul adânc al ignoranței. Nu te lăsa luat de val prin discursuri dulci şi demonstrații indecente ale yoghinilor şarlatani sau pseudo-Guruşilor. Vei fi ruinat. Renunță la asemenea practici. Păstrează fluidul vital. Transformă-l în Ojas prin Japa, Kirtan, Pranayama, Vichara. Du o viață pioasă. Viața este menită pentru un scop mai înalt. Viața este menită pentru realizarea de Sine.

O culturişti yoghini! Nu duceți oamenii în eroare. Considerați-vă urmaşi sau discipoli ai Rishilor din timpurile străvechi. Nu prescrieți aceste Kriyas-uri pentru scopuri josnice. Fiți nobili şi mărinimoşi. Țintiți cât mai sus. Deveniți adevărați yoghini. Oamenii sensibili şi culți vor râde de voi dacă diseminați cunoaşterea yoghină în această manieră. Dați-le cunoaşterea căilor pentru menținerea Brahmacharya. Transformați-i în Yoghini adevărați. Oamenii vă vor fi recunoscători şi vă vor aprecia lucrarea lipsită de egoism.

Jalandhara Bandha

Contracă gâtul. Apasă bărbia ferm împotriva pieptului. Aceasta se practică la sfârşitul Puraka şi la începutul Kumbhaka. După aceasta vine Uddiyana Bandha. Aceste Bandhas sunt precum trei stadii ale unui exercițiu.

Uddiyana Bandha

Goleşte plămânii printr-o expirație puternică. Acum, contractă şi cu putere trage în sus intestinele şi de asemenea buricul către spate astfel încât adbomenul se lipeşte de spate în cavitatea toracică. Această Bandha poate fi practicată în picioare de asemenea. În acest caz, apleacă-te un pic înainte, punând mâinile pe coapse şi păstrând picioarele puțin depărtate. Aceste trei Bandhas sunt o combinație bună. Descrierea Nauli Kriya poate fi considerată ca următorul stadiu al Uddiyana Bandha.

Nauli Kriya

Uddiyana Bandha poate fi executată într-o postură aşezată de asemenea, dar Nauli în general este executată stând în picioare. Păstrează picioarele depărtate la o distanță de aproximativ treizeci de centimetri şi pune mâinile pe coapse, astfel realizând o uşoară îndoire a spatelui. Apoi fă Uddiyana Bandha.
Acum lasă centrul abdomenului liber, contractând partea stângă şi dreaptă a abdomenului. Vei avea toți muşchii din centru în linie verticală. Păastrează această poziție atâta timp cât poți, comfortabil. Fă doar asta pentru câteva zile.

După o perioadă de practică, ar trebui să poți contracta partea dreaptă a abdomenului şi să laşi partea stângă liberă. Aici vei avea toți muşchii doar pe partea stângă. Din nou, contractă partea stângă şi permite părții drepte să rămână relaxată. Prin practica gradată, vei înțelege cum să contracți muşchii din centru, stânga şi dreapta ai abdomenului.

Acum vine stadiul final al Nauli Kriya. Păstrează muşchii în centru. Încet adu-i pe partea dreaptă şi apoi pe partea stângă rotindu-i. Fă asta de mai multe ori de la dreapta la stânga şi apoi fă-o în sens invers, de la stânga la dreapta. Întotdeauna să întorci muşchii într-un sens circular, încet. Nu poți beneficia din plin de această Kriya dacă nu o realizezi încet şi gradat. Începătorii vor simți o durere uşoară în abdomen la primele încercări. Nu trebuie să se teamă. Durerea va dispărea după două sau trei zile de practică regulată.

Maha Mudra

Stai pe sol. Apasă anusul cu călcâiul stâng. Întinde piciorul drept. Apucă degetul mare cu ambele mâini. Inspiră şi reține respirația. Apasă bărbia în piept cu fermitate. Fixează privirea în Trikuti sau spațiul dintre sprâncene. Reține postura atâta timp cât poți. Practică şi cu celălalt picior.

Yoga Mudra

Stai în Padmasana. Plasează palmele pe călcâie. Expiră încet şi apleacă-te înainte şi ainge pământul cu fruntea. Dacă stai în această postură pentru mult timp, poți respira normal. Dacă o faci pentru o durată scurtă de timp, reține respirația până ridici capul şi revii la poziția inițială şi apoi inspiri. În loc să păstrezi mâinile pe călcâie, poți să le iei înapoi la spate şi să prinzi încheietura mâinii stângi cu mâna dreaptă. Această Mudra este folositoare pentru păstrarea Brahmacharya. Ea reduce grăsimea excesivă de pe abdomen şi elimină toate neplăcerile stomacului şi intestinelor. Constipația este eliminată. Focul gastric este mărit. Apetitul şi digestia sunt îmbunătățite. Dacă nu poți reține postura pentru o perioadă lungă de timp, repetă procesul de mai multe ori. Odihneşte-te între execuții.

Pranayama uşoară şi comfortabilă

Stai în Pdmasana sau Siddhasana cu un stomac gol sau uşor în camera de meditație.
Închide ochii. Închide nara dreaptă cu degetul mare de la mâna dreaptă şi inspiră aer prin nara stângă. Închide şi nara stângă cu degetete mic şi inelar de la mâna dreaptă şi reține aerul cât poți de mult. Apoi dă la o parte degetul mare de la mâna dreaptă şi expiră foarte, foarte uşor. Din nou, în aceiaşi manieră, inspiră prin nara dreaptă, reține cât poți de mult şi apoi expiră prin nara stângă. Întregul proces constituie o Pranayama. Fă douăzeci dimineața şi douăzeci seara. Gradual şi cu precauție măreşte perioada retenției aerului şi numărul de Pranayame de asemenea. Când avansezi în practică, poți avea trei sau patru şedințe şi poți face optzeci de Pranayame la fiecare şedință.

Bhastrika Pranayama

Stai în Padmasana. Păstrează trupul drept. Închide gura. Inspiră şi expiră rapid de douăzeci de ori precum foalele. Constant dilată şi contractă. Practicantul ar trebui să înceapă cu expirații în succesiune rapidă. Când numărul necesar de expirații, să spunem, douăzeci într-o rundă, este încheiat, expirația finală este urmată de cea mai profundă inhalație. Reține aerul atâta timp cât poți

comfortabil şi apoi foarte, foarte încet expiră. Aceasta este o rundă de Bhastrika. Odihneşte-te un pic şi apoi mai fă o altă rundă. Fă trei runde dimineața şi trei seara. Acesta este un exercițiu foarte puternci, benefic pentru Brahmacharya. Poți face asta chiar când stai în picioare.

Indicații în Practica Pranayama

Nu fă baie imediat după practica pranayama. Odihneşte-te pentru jumătate de oră. În timpul verii fă doar o ședință dimineața. Dacă există căldură în creier sau cap, aplică ulei de răcorire sau unt înainte să faci baie.
Întotdeauna inspiră şi expiră foarte încet. Nu fă nici un sunet în timpul inspirației. În Bhastrika, nu produce nici un sunet violent. Respiră doar pe nas. Un neofit ar trebui să facă Puraka şi Rechaka numai, fără Kumbhaka, pentru câteva zile.

Trebuie să ajustezi frumos Puraka, Kumbhaka şi Rechaka astfel încât să nu experimentezi un sentiment de sufocare sau discomfort indiferent de stadiul oricărei pranayama. Nu trebuie să prelungeşti perioada exhalării fără să fie necesar. Dacă prelungeşti timpul Rechaka, următoarea inspirație va fi făcută în mod grăbit şi ritmul va fi rupt.

Gradual măreşte perioada Kumbhaka. Fă Kumbhaka pentru patru secunde în prima săptămână, pentru 8 secunde în a doua săptămână, pentru 12 secunde în a treia săptămână şi tot aşa până când poți să-ți ții respirația cât poți de mult.
Repetă 'Om', Gayatri sau orice altă Mantra mental în timpul practicii. Păstrează Bhav, sentimentul, că Daivi-Sampat precum mila, iertarea, dragostea şi celelalte intră în sistemul tău în timpul inspirației şi că toate Asuric Sampat sau calitățile diavoleşti precum patima, mânia, lăcomia şi gelozia sunt aruncate afară în timpul expirației. Când inspiri, simte că tragi energie din sursa divină, Prana cosmică, şi că întreg trupul de la cap la picioare este saturat cu energie proaspătă, abundentă. Opreşte practica dacă eşti bolnav serios.

Vajroli Mudra

Aceasta este o Kriya Yoga importantă în Hatha Yoga. Va trebui să lucrezi din greu pentru a avea succes total în această Kriya. Sunt foarte puțini oameni care sunt experți în acest act. Studenții yoghini aspiră apă mai întâi printr-un tub din argint, un cateter special, trecut prin uretră doisprezece inci înăuntru. După o perioadă de practică ei aspiră lapte, apoi ulei, miere şi aşa mai departe. Ei aspiră mercur la final. Mai târziu ei pot aspira aceste lichide direct prin uretră fără ajutorul tubului din argint. Această Kriya este de un ajutor imens pentru păstrarea Brahmachariei perfecte. În prima zi ar trebui să introduci cateterul în interiorul uretrei doar un inci, a doua zi pentru doi inchi, a treia zi pentru trei inci, şi aşa mai departe. Trebuie să practici gradual până când poți să introduci catetereul doisprezece inci înăuntru. Calea devine clară. Raja Bhartrihari putea face această Kriya cu dexteritate.

Nici măcar o picătură de spermă nu poate ieşi din trupul yoghinului care practică această Mudra. Chiar dacă este eliminată, el o poate aspira înapoi prin această Mudra. Yoghinul, care îşi aspiră sperma şi o păstrează, cucereşte moartea. Mirosuri bune emană din trupul lui.
Fostul Trailingaswami din Benares era expert în această Kriya. Sri Swami Kuvalayanandaji din Lonavala obişnuia să predea această Mudra.

Practica Mula Bandha, Uddiyana Banda, Maha Mudra, Asane şi Pranayama vor ajuta practicantul să înțeleagă Vajroli şi să obțină succes în practica ei. Aceasta trebuie executată sub directa îndrumare a unui Guru.
Obiectivul practicii Vajroli Mudra este de a fi perfect stabilit în Brahmacharya.

Când aspiranții practică această Mudra, ei fără să-şi dea seama îşi îndreaptă mințile către centrii sexuali şi astfel nu obțin succes. Când vezi descrierea acestei Mudra, vei înțelege clar că Brahmacharya strictă este absolut necesară. Pentru această practică, nu este necesară deloc o femeie şi nici contactul sexual. Deoarece Grihasthis au soții şi văd în această Mudra un mijloc de contracepție, ei au o dorință intensă de a practica această Mudra. Este o simplă prostie şi deziluzie.

Ei nu au înțeles tehnica şi obiectivul acestei Kriya importante.

Motivul tău pentru învățarea Vajroli Mudra trebuie să fie pur. Trebuie să te gândeşti la realizarea Sinelui prin Brahmacharia Absolută. Trebuie să realizezi sublimarea sexuală. Nu trebuie să foloseşti greşti puterea câştigată prin această Kriya Yoghină. Analizează atent motivul în întregime. Există multe tentații şi pericole pe drumul Yoga. Fii atente, copilul meu. Prem! Te avertizez din nou.

22. CÂTEVA POVEŞTI ILUSTRATIVE

1. Puterea poftei trupeşti. Exemplul lui Jaimini

La un moment dat, Sri Vedavzasa susținea lecția de Vedanta în fața studenților săi. În timpul acestei lecturi el a menționat că tânărul Brahmachari ar trebui să fie foarte atent şi nu ar trebui să se amestece cu femeile, deoarece în ciuda vigilenței şi circumspecției, ei pot cădea victimă patimii care este foarte puternică. Unul dintre studenți, Jaimini, autorul lucrării Purva-Mimamsa, era un pic impertinent. El a spus, "Guruji Maharaj! Declarația ta este greşită. Nici o femeie nu mă poate atrage. Sunt foarte bine stabilit în Brahmacharya." Vyasa a spus, "Jaimini, vei şti asta în curând. Eu merg la Benares. Mă voi întoarce în trei luni. Fii atent. Nu de umfla în pene cu mândrie."

Sri Vyasa, prin puterile sale Yoghine, a luat forma unei tinere fete, cu ochi pătrunzători şi față foarte fermecătoare, bine îmbrăcată într-un veşmânt subțire de mătase. Tânăra stătea sub un copac la apusul soarelui. Norii se adunau pe cer. A început să plouă. Întâmplător, Jaimini a trecut pe lângă copac. El a văzut fata, i s-a făcut milă de ea şi i-a spus: "O femeie, poți veni cu mine să stai în Ashramul meu. Îți voi da adăpost." Femeia a întrebat, "Locuieşti singur? Stă vreo femeie acolo?". Jaimini a răspuns, "Sunt singur. Dar sunt un Brahmachari perfect. Pofta trupească nu mă poate afecta. Sunt liber de orice fel de Vikara. Poți sta acolo." Femeia a obiectat: "Nu este bine pentru o tânără virgină să stea singură noaptea cu un Brahmachari." Jaimini a spus, "O domnişoară, nu-ți fie teamă. Îți promit, Brahmacharya mea va fi perfectă." Atunci ea a fost de acord să stea în Ashramul lui pe timpul nopții.

Jaimini a dormit afară şi femeia în cameră. În miezul nopții, Jaimini a început să simtă influența poftei trupeşti în mintea lui. O mică dorință sexuală a apărut în mintea lui. La început era absolut pură. El a ciocănit la uşă şi a spus, "O domnişoară, vântul bate afară. Nu pot suporta rafalele reci. Vreau să dorm înăuntru." Ea a deschis uşa.

Jaimini dormea înăuntru. Din nou dorința sexuală a devenit un pic mai intensă şi ascuțită, pentru că era foarte aproape de femeie şi auzea sunetul brățărilor ei. Atunci s-a ridicat şi a început să o îmbrățişeze. Imediat Sri Vyasa şi-a asumat forma originală cu barba sa lungă şi a spus, "Oh, dragul meu Jaimini, cum mai stai cu puterea Brahmacharya acum? Mai eşti stabilit în celibatul perfect acum? Ce ai spus când am ținut lecția despre acest subiect?" Jaimini şi-a coborât capul în ruşine totală şi a spus, "Guruji! Am greşit. Fii blând şi iartă-mă."

Această poveste arată faptul că şi marile persoane chiar sunt înşelate de puterea Maya şi de influența Indriyasurilor revoltate. Brahmacharini ar trebui să fie foarte atenți.

2. Influența pasiunii asupra minții umane. Socrate şi discipolul său

Unul dintre discipolii lui Socrate şi-a întrebat învățătorul, "Venerabile maestru, fii amabil şi spune-mi de câte ori un familist îşi poate vizita legal soția." Socrate a răspuns, "Doar odată în viață." Discipolul a răspuns, "O Domnul meu! Asta este imposibil pentru oamenii obişnuiți. Pasiunea este teribilă şi cauzatoare de necazuri. Lumea este plină de tentații şi distracții. Familiştii nu au o voință puternică pentru a rezista tentațiilor. Indriyasurile lor sunt puternice şi se revoltă. Mintea este plină cu pasiune. Tu eşti un filosof şi un Yoghin. Tu te poți controla. Te rog, fii amabil şi prescrie o cale mai uşoară pentru oamenii obişnuiți." Socrate a spus, "Un familist poate avea copulație odată pe an."

Discipolul a răspuns, "O venerabile, aceasta este de asemenea o sarcină grea pentru ei. Trebuie să prescrii un curs mai uşor." Socrate a răspuns, "Ei bine, dragul meu discipol, odată pe lună. Aceasta

este potrivit. Asta este destul de uşor. Cred că eşti satisfăcut acum."
Discipolul a spus, "Asta este de asemenea imposibil, maestrul meu. Familiştii au mintea nestatornică. Minţile lor sunt pline de Samskaras şi Vasanas sexuale. Ei nu pot rămâne nici măcar o zi fără relaţii sexuale. Nu ai nici o idee despre mentalitatea lor."

Atunci Socrate a spus, "Bine spus, copilul meu. Fă un lucru acum. Mergi direct la cimitir acum. Sapă o groapă şi cumpără un sicriu şi un cearceaf pentru cadavru înainte. Acum te poți distruge de câte ori doreşti. Acesta este sfatul meu final pentru tine."
Acest ultim sfat a străpuns inima discipolului. El a simțit asta puternic. S-a gândit la acest lucru serios şi a înțeles importanța şi gloria Brahmacharya. El a luat în serios Sadhana spirituală. A depus jurământul celibatului neântrerupt pentru toată viața. A devenit un Yoghin Oordhvareta şi a avut realizarea Sinelui. El a devenit unul dintre discipolii favoriți ai lui Socrate.

3. Pofta creşte prin satisfacere. Raja Yayati

A fost odată un rege înțelept pe nume Yayati care a trăit pentru o mie de ani bucurându-se de toate plăcerile pe care poziția sa îi permitea. Când bătrânețea l-a atacat, şi încă dorea să se bucure de toate plăcerile regale pentru mai mulți ani, el a cerut fiecăruia dintre fii lui, pe rând, să ia asupra lui această bătrânețe şi să-i dea în schimb tinerețea, asigurându-l că după încă o mie de ani el va înapoia tinerețea şi îşi va lua înapoi decrepitudinea.

Nici unul dintre ei nu voia să accepte oferta în afară de fiul cel mai tânăr pe care îl chema Puru. Puru a spus cu toată umilința că el dorea să facă aşa cum dorea tatăl său şi astfel şi-a dat tinerețea tatălui său şi a primit în schimb bătrânețea cu toate slăbiciunile ei.
Yayati, fiind foarte încântat cu noua sa tinerețe, a început din nou să se bucure de plăceri senzuale. El şi-a satisfăcut dorințele la maxim fără a viola perceptele religiei. El era foarte fericit, dar un singur gând îl necăjea. Şi acesta era gândul că cei o mie de ani se vor sfârşi în curând.

Când timpul potrivit a venit, el a mers la fiul său Puru şi i-a spus astfel: "O fiule, m-am bucurat de

tinerețea ta până la limita puterilor mele. Dar, dorințele nu mor niciodată. Ele nu sunt satisfăcute niciodată de indulgență. Prin indulgență ele se intensifică precum focul sacrificial peste care este turnat ghee. Dacă un om devine singurul stăpân al pământului peste toate mâncărurile, pietrele prețioase, animale, femei, tot nu va fi considerat de ajuns. Aşadar, setea de satisfacție a dorințelor ar trebui abandonată.

Setea de plăceri care este dificil de oprit de cei răi, care nu se opreşte nici măcar cu sfârşitul vieții, este cu adevărat o boală fatală în om. Eliberarea de această sete este fericirea adevărată. Mintea mea a fost ataşată de plăcerile vieții pentru o mie de ani. Setea mea pentru ele, totuşi, fără să fie diminuată, era zilnic sporită. Aşadar, voi renunța la ea. Îmi voi fixa mintea asupra lui Brahman, şi voi deveni paşnic, şi neavând nici un ataşament, îmi voi petrece zilele în pădure cu căprioara nevinovată." Acestea spunându-le l-a instalat pe Puru pe tron după ce i-a dat înapoi tinerețea şi s-a retras în pădure pentru a duce o viață de ascet.

4. Apariția Viveka şi Vairagya. Yoghinul Vemana

Vemana s-a născut în anul 1820 într-un sat mic în districtul Godavari în Andhra Desa. El a avut un frate pe nume Anu Verna Reddy. Părinții lui au murit când era un băiat destul de mic. S-a născut într-o familie bogată. Era un Reddy prin castă.
Vemana a fost trimis la şcoala primară. Nu a fost în stare să-şi urmeze studiile. A căzut victimă companiei rele şi a devenit un scandalagiu. Dar el era foarte atractiv şi bine făcut. Anu Verna Reddy şi soția lui Narasama îl plăceau foarte mult pe Vemana. La vârsta de cincisprezece ani, Vemana a devenit depravat. Cheltuia mulți bani de dragul femeilor. Însă, fratele lui şi soția acestuia îl plăcerau foarte mult.

Anu Vema Reddy şi soția lui voiau să corecteze căile lui Vemana. Ei au refuzat să-i mai dea bani. Aşa că Vemana a furat noaptea ornamentele soției fratelui său şi le-a dat prostituatei. Când cumnata lui a aflat de pierderea bijuteriilor, l-a întrebat pe Vemana, "Unde sunt bijuteriile mele?" Vemana a răspuns, "Pentru că nu mi-ai dat bani, le-am luat şi le-am dat iubitei mele." Narasama nu

a rostit nici un cuvânt. Ea nici măcar nu l-a informat pe soțui ei de pierderea bijuteriilor. Ea îl plăcea pe Vemana foarte mult. Şi-a încuiat toate ornamentele într-un seif.

Prostituata l-a indemnat pe Vemana să aducă mai mulți bani şi ornamente. Aşadar, din nou la miezul nopții, Vemana s-a trezit din pat şi a încercat să fure câteva din ornamentele de gâtul cumnatei sale. Ea purta doar Mangala Sutra sacră, care era legată la gâtul ei din momentul căsătoriei; ea şi-a păstrat taote celelalte bijuterii în seif. Vemana a vrut să ia cel puțin acest ornament. Când a încercat să-l desfacă, Narasama s-a trezit şi l-a prins de mână şi l-a întrebat de ce a venit în dormitorul ei la miezul nopții. El a răspuns cu îndrozneală: "Iubita mea mi-a cerut să aduc mai multe ornamente. Am venit aici să le iau."

Narasama i-a cerut să iasă din cameră imediat. Atunci Vemana a plâns şi a căzut la picioarele ei. Narasama l-a rugat pe Dumnezeu să-i dea un Buddhi bun lui Vemana şi să-l facă un suflet pur, virtuos. Apoi i-a promis că îi dă lui Vemana un ornament, cu condiția ca să-i urmeze strict cuvintele. Vemana a asigurat-o de acest lucru.
Narasama a spus: "Vemana! Cere fetei să stea goală în fața ta. Să fie întoarsă cu spatele la tine. Apoi cere-i să se aplece şi să ia bijuteria din mâinile tale trecându-şi mâinile printre coapse." Vemana a promis să facă aşa şi a jurat de asemenea în numele Zeiței Kali. Atunci cumnata lui i-a dat un ornament valoros.

Vemana a pornit direct către casa prostituatei şi i-a cerut să procedeze în maniera indicată de cumnata lui. În timp ce prostituata se apleca, el a văzut foarte clar părțile private ale femeii. Imediat Vairagya intensă a apărut în mintea lui. S-a întors acasă cu ornamentul în mâini. L-a dat înapoi cumnatei sale şi i-a relatat ce s-a întâmplat. El a spus, "Draga mea cumnată! Îți mulțumesc mult pentru blândețea ta. Sunt un om schimbat acum. Nu există fericire adevărată în această lume. Totul este o jongleriei a Maya. Voi merge acum în căutatea fericirii adevărate." El a părăsit casa imediat şi a mers la un templu al lui Kali în apropierea satului său şi a stat lângă imaginea lui Kali.

Acum s-a întâmplat ca, de mai mulți ani, un om pe nume Adhiramayya se ruga la Kali pentru

Darshan. Într-o zi Kali i-a apărut în vis şi a spus, "Vino mâine la miezul nopții. Îți voi da Darshan." Dar nefericitul devot nu a putut merge în ziua următoare. Cand Kali a venit, Vemana era acolo în schimb. Kali i-a cerut lui Vemana să-i ceară o favoare. Vemana a spus, "O Mamă! Dă-mi Brahma-Jnana." Mama Kali atunci l-a inițiat în toate misterele Jnana. Din acea zi, Vemana a devenit un om virtuos cu o mare devoțiune, puteri yoghine şi Jnana.

În cursul peregrinărilor lui, Vemana a mers la Cuddapah. El trăia în pădure lângă Cuddapah. Planta diverse plante roditoare precum pepeni şi castraveți. Castraveții erau toți plini cu aur. Cu acest aur, Vemana a construit un templu la Sri Sailam. Chiar şi astăzi templul de la Sri Sailam conține faimoasa Jyotirlingam a lui Mallikarjuna. Este un loc faimos de pelerinaj. Într-o zi nişte hoți au venit să fure castraveții care conțineau aur. Toți au paralizat datorită puterilor yoghine ale lui Vemana.

Odată Vemana a intrat în coliba unui Brahmin sărac la miezul nopții şi a dormit în patul acestuia. În timpul nopții, el a răspuns nevoilor naturii chiar în pat. Acea porțiune din pat, care a fost murdărită de excrementele lui, a fost transmutată în aur.
Vemana a renunțat la veşmântul fizic în 1865 la Katarupalli în districtul Cuddapah. El a scris mai multe cărți în Telugu despre Yoga, cele mai importante dintre acestea fiind "Vemana Tattva-Jnana" şi "Vemana Jivamritam".

5. Frumusețea stă în imaginație. Povestea lui Hemachuda

A fost odată un rege pe nume Mudktachuda în timpuri de demult. El domna peste regatul Dasarna. Avea doi fii, Hemachuda şi Manichuda. Amândoi erau frumoşi şi virtuoşi. Aveau o comportare şi o conduită bune. Erau de asemenea experți în toate artele. Amândoi au mers la muntele Sahya împreună cu însoțitori şi arme pentru vânătoare. Un întuneric imens domnea. Nu se putea vedea om cu om.

Hemachuda a reuşit să ajungă la ermitajul unui înțelept, care era plin de copaci cu fructe. El a văzut

în Ashram o fecioară frumoasă. A fost foarte uluit să vadă o fată fără frică în acea pădure solitară. A întrebat fecioara, "Cine eşti tu? Cine este tatăl tău? De ce eşti singură aici? Cum ai dezvoltat acest curaj?" E a răspuns politicos, "Bine ai venit, O prințule! Odihneşte-te puțin. Pari obosit. Fii bun şi mănâncă aceste fructe şi nuci. Îți voi relata povestea mea." Pințul a mâncat fructele şi nucile şi s-a odihnit pentru o vreme.

Fata a început apoi: "O prințule! Fii atent la povestea mea. Eu sunt fina înțeleptului Vyaghrapada care este adorat de toți, care a cuceritu lumea prin austeritățile sale severe, şi care a atins eliberarea. Numele meu este Hamalekha. Vidyutprabha, nimfa celestă de o frumusețe fără seamăn şi splendoare de nedescris, într-o zi a venit la râul Veena pentru baie. Sushena, regele din Vengas a venit şi el în acelaşi timp. Sushena a fost captivat de frumusețea încântătoare a lui Vidyutprabha. Nimfa celestă a fost de asemenea infatuată de figura frumoasă a regelui Sushena. Sushena şi-a declarat dragostea pentru Vidyutprabha. Ea a răspuns. Regele a petrecut o perioadă de timp cu ea. După aceea s-a întors în capitala sa.

"Vidyutprabha a născut un copil." Ea a lăsat copilul acolo pentru că îi era frică de soțul ei şi s-a reântors acasă. Eu sunt acel copil. Vyaghrapada a mers la râu pentru curățenia zilnică. El m-a văzut şi i s-a făcut milă de mine. M-a crescut precum o mamă. Eu îl consider ca fiind tatăl meu. Îl servesc cu onoare. Prin grația lui am devenit fără frică aici. Tatăl meu se va întoarce acum. Te rog aşteaptă un pic. Arată-i respect şi obține-i binecuvântările." Fata inteligentă a înțeles inima prințului şi a spus: "O prințule! Nu fi deznădăjduit. Îți poți satisface dorința. Tatăl meu îți va împlini dorința."

Imediat, înțeleptul Vyaghrapada a intrat cu flori pentru venerare. Prințul s-a ridicat şi s-a prostrat în fața înțeleptului. Înțeleptul a înțeles că prințul era îndrăgostit de fată. El a dat-o pe Hamalekha în căsătorie prințului. Prințul s-a întors cu ea în oraşul său. Tatăl său era foarte încântat. A sărbătorit mariajul lor cu pompă şi splendoare.

Prințul o iubea pe Hamalekha imens. Era foarte ataşat de ea. Dar a observat că ea era destul de indiferentă față de plăcerile senzuale. A întrebat-o într-o zi: "O dragă Hamalekha, ce se întâmplă cu

tine? Eu sunt foarte ataşat de tine. De ce nu îmi răspunzi la dragostea mea? Nimic nu pare să aibă efect asupra ta. Eşti lipsită de pasiune. Cum să mă bucur când ai o asemenea atitudine a minții? Întotdeauna stai cu ochii închişi ca o statuie. Nu râzi, nu te joci şi nu glumeşti cu mine. Fii bună şi spune ce e în inima ta. Fii sinceră."

Hamalekha a răspuns cu respect: "O prințule! Ascultă-mă. Ce este dragostea? Ce este neplăcerea? Cum aceste lucrurui nu sunt clare în mintea mea, întotdeauna reflectez asupra lor. Nu am ajuns la o concluzie definitivă. Te rog lămureşte-mă cu privire la aceste chestiuni. Te rog.!
Hemachuda a răspuns zâmbind: "Este adevărat că femeile posedă o minte inocentă. Chiar şi animalele înțeleg ce sunt plăcerile şi neplăcerile. Vedem că ne plac lucrurile care ne fac bine şi nu ne plac obiectele neplăcute. Frumusețea ne dă plăcere; urâțenia ne dă durere. De ce îți pierzi timpul zilnic cu asta?"

Hamalekha a răspuns: "Este adevărat că femeile nu au o putere de gândire independentă. Aşadar, nu este datoria ta să îmi clarifici dubiile? Dacă mă luminezi, voi părăsi gândirea şi voi fi ataşată de tine întotdeauna. O prințule! Ai spus că plăcerile şi neplăcerile sau dragostea şi ura apar din cauza obiectelor care ne dau plăcere şi durere. Dar acelaşi obiect ne dă plăcere şi durere din cauza timpului, circumstanțelor şi mediului înconjurător. Care este decizia ta deci? Fii bun şi dă-mi un răspuns definitiv. Focul este plăcut iarna, dar vara este foarte teribil. Nu te poți apropia de foc. Acelaşi foc dă plăcere în țările reci şi durere în țările calde. Cantitatea focului ne oferă diferite rezultate. La fel este şi cazul bogăției, soției, fiului, mamei şi aşa mai departe. Aceste induc suferințe şi mizerie. De ce tatăl tău Muktachuda, în ciuda faptului că posedă o avere imensă, fii şi soție este întotdeauna supărat? Alții sunt foarte fericiți chiar şi fără acestea. Fericirea lumească este amestecată cu mizerie, durere, frică şi anxietate. Aşadar nu poate fi numită deloc fericire. Mizeria este personală şi impersonală sau internă şi externă.

Cea externă este cauzată de greşelile forțelor naturii asupra trupului. Cea internă este născută din dorință. Ea are legătură cu mintea. Dintre acestea, cea internă este mai formidabilă. Este sămânța sau cauza pentru toată suferința. Întreaga lume este înecată într-o asemenea mizerie internă.

Copacul numit mizerie are dorința ca sămânță puternică şi nepieritoare. Chiar şi Indra şi alți zei sunt îmboldiți de dorință. Ei îi poartă instrucțiunile zi şi noapte. Dacă nu există dorință, nu poți experimenta plăcerea. De un asemenea amestec de fericire şi mizerie se bucură chiar şi insectele, viermii şi câinii. Crezi că fericirea omului este mai mare decât aceasta? Fericirea insectelor este superioară celei umane. Deoarece dorința nu este amestecată în plăcerea lor, este curată. În timp ce, în om, puțină plăcere este găsită în mijlocul miilor de dorințe nesatisfăcute. Aceasta nu poate fi numită plăcere. Omul se simte fericit îmbrățişându-şi nevasta, dar apăsându-i membrele prea tare, el o face să se simtă lipsită de confort. După actul sexual, sunt epuizați. Ce fericire găseşti în aceste obiecte trecătoare? Fii bun şi explică-mi, O prințule! De acest fel de fericire se bucură chiar şi câinii, măgarii şi porcii. Dar, dacă spui că tu eşti fericit privind frumusețea mea fizică, această fericire este imaginară şi iluzorie precum îmbrățişarea unei femei într-un vis.

Un anumit prinț frumos avea o soție foarte frumoasă. El era ataşat de ea foarte mult. Ea, din contră, era îndrăgostită de servitorul prințului. Îl înşela pe prinț. Servitorul amesteca un drog în vinul băut de prinț. Apoi el trimitea servitoarea urâtă la prinț. El întreținea relații sexuale cu soția prințului. Prințul sub influența drogului, gândea, 'Sunt foarte norocos. Am cea mai frumoasă femeie din lume.' Multe zile au trecut astfel. Într-o zi servitorul a uitat să amestece narcoticul în vin. Prințul de asemenea nu a băut prea mult în acea zi. El s-a alăturat femeii urâte şi a căzut victimă pasiunii. Acum a aflat că este servitoarea. A întrebat-o unde este soția lui. La început servitoarea a tăcut. Apoi prințul a scos sabia şi a amenințat-o că o omoară dacă nu spune adevărul. Ea a spus totul şi i-a arătat locul under era frumoasa lui soție împreună cu servitorul. Prințul a spus: 'Ce prost sunt! M-am degradat din cauza băuturii. Orice iubeşte prea mult o femeie devine disprețuitor. La fel cum o pasăre nu este ataşată de un anume copac, tot aşa, femeia nu este ataşată de un bărbat. Ea a are o minte schimbătoare. Am devenit o bestie. Mi-am pierdut puterea de discriminare. Am considerat că soția mea este mai valoroasă chiar decât viața. Un bărbat care este ataşat de o femeie şi care cedează unei femei este un veritabil măgar. Femeia este trecătoare ca un cer în timpul toamnei. Nu am ştiut natura femeii până astăzi. Ea merge la servitorul murdar şi m-a părăsit pe mine care sunt tot timpul ataşat de ea şi îi sunt tot timpul credincios. Ea a pretins că îmi arată dragoste precum o actriță de teatru. Am fost înşelat. Servitorul este urât din cap până-n picioare. Ce frumusețe găseşte

ea în el?'

Prințul a fost dezgustat de toate acestea. El a părăsit regatul şi a mers în pădure."
Hamalekha a continuat: "Aşadar, O prințule! Frumusețea este doar o creație mentală. Frumusețea este născută în minte. Frumusețea este rezultatul unei concepții mentale. La fel cum tu vezi frumusețea în mine, alții găsesc farmec în femei urâte. Dacă un bărbat se gândeşte constant la această frumusețe, dorința este stimulată în acea parte a trupului, care este subiectul impulsului. Acel bărbat în care dorința este astfel stimulată nu-i pasă dacă vede chiar şi cea mai frumoasă fată. Cauza pentru aceasta este meditația constantă la frumusețea femeii. Băieții şi asceții nu meditează şi nici nu gândesc astfel. Aşadar, ei nu obțin nici o dorință pentru plăcerile senzuale. Cei care găsesc plăcere în compania unei anumite femei crează în minții lor frumusețea în concordanță cu ideile lor, indiferent dacă femeia este urâtă sau cea mai frumoasă.

Ei îşi proiectează în femeie ideile lor de frumusețe. Dacă tu întrebi cum este găsită frumusețea într-o femeie urâtă şi cum poate exista satisfacție fără frumusețe, pot doar să-ți spun că un bărbat pătimaş este orb în pasiunea sa. Cupidon este pictat orb. Bărbatul pătimaş găseşte frumusețea lui Rambha în cea mai urâtă femeie. Nu poate exista frumusețe fără dorință. Dacă frumusețea ar fi naturală precum amărăciunea, dulceața sau acreala din substanțe, de ce atunci nu este găsită în copii şi în fetele tinere? Aşadar, frumusețea este creată în minte.

"Oamenii privesc ca fiind frumos acest trup fizic ce este compus din carne, plin cu sânge, construit din nervi, acoperit cu piele, o cuşcă de oase acoperită cu păr, plină de bilă şi flegmă, o cutie de excremente şi urină, creată din sânge şi spermă, născută tractul urinar! Cum pot acele persoane să găsească această plăcere ca fiind superioară celei a viermilor din împuțiciune? O prințule, găseşti că trupul meu fizic este frumos. Analizează acest trup bucată cu bucată şi gândeşte-te la fiecare parte a lui. Gândeşte-te la fiecare parte din lucruri dulci şi delicioase. Toate lucrurile pe care le mâncăm sunt schimbate în această mizerie abominabilă. Când aşa stau lucrurile, ce anume este vrednic de dragoste şi încântare?"

Hemachuda a ascultat instrucțiunile ca nectarul rostite de Hemalekha cu mare atenței şi interes. El a dezvoltat Vairagya şi Viveka puternice, a meditat la a toate pătrunzătorul, purul, nemuritorul Atman şi a devenit Jivanmukta. Manichuda de asemenea a învățat adevărul de la fratele lui; Muktachuda de la fiul lui; şi soția sa de de la noră. Ministrul şi cetățenii acelui oraş au devenit înțelepți. Chiar şi păsările rosteau şi alte cuvinte de înțelepciune în acel oraş.

Înțelepții Vamadeva şi alții au remarcat că toți din acel oraş, inclusiv animalele şi păsările, eraun învățați şi numeau oraşul Vidyangar sau Oraşul Înțelepciunii.

6. Frumusețea fizică nu este frumusețe. Povestea unui prinț

Odată un tânăr prinț a văzut o prințesă frumoasă pe malul râului când era într-o excursie de vânătoare. Prințesa avea o minte înclinată către filosofie. Ea stăpânea mai multe cărți Vedantice. Ea practica meditația profundă asupra lui Atman. Prințul s-a apropiat de ea şi voia să o ia de soție. Ea l-a refuzat pe loc. Prințul a încercat iar şi iar pe diverse căi. Ea i-a spus în final, "Te rog vino să mă vezi la locuința mea peste zece zile. Mă voi mărita cu tine." Prințul era de asemenea un student al Vedantei, dar el nu avea o Vairagya susținută.

El a petrecut nopți fără somn, şi în dimineața celei de-a zecea zi, a pornit nerăbdător către palatul prințesei.
Tânăra prințesă deja concepuse un mijloc de a scăpa de ghearele mariajului. Ea la luat un purgativ drastic timp de zece zile şi a colectat toate mişcările în zece vase separate şi le-a aranjat frumos cu numere de la 1 la 10 într-o cameră mare, acoperindu-le pe toate cu pânze de mătase frumoasă. Arăta acum doar piele şi oase. Ochii îi erau adânciți şi stătea întinsă pe pat.

Prințul a venit să se întâlnească cu ea cu mare bucurie.
Servitoarea l-a condus în camera unde era întinsă prințesa. Prințul nu a putut să o recunoască. El a întrebat-o pe servitoare, "Unde este tânăra şi frumoasa prințesă? Aceasta nu este femeia pe care am întâlnit-o înainte!" La care prințesa a răspuns, "O dragul meu prinț, sunt aceiaşi femeie. Mi-am

depozitat frumusețea cu atenței în camera alăturată. Fii bun şi vino cu mine să vezi frumusețea acumulată acolo. Vino cu mine acum. Îți voi arăta."

Spunând acestea, l-a condus pe prinț în cameră, a dat la o parte pânza de mătase şi i-a cerut să privească la frumusețea ei. Ea a adăugat, "Aceasta este frumusețea pielii şi a cărnii mele". Prințul a fost uluit. El nu a spus nici un cuvânt femeii. S-a prostrat la picioarele ei şi a considerat-o ca fiind mama lui. El a aruncat hainele princiare şi s-a retras în pădure. Acum inima lui era plină cu Vairagya intensă. A căutat protecția unui înțelept, a primit instrucțiuni de la el, a practicat meditația riguroasă şi a dobândit Cunoaşterea Sinelui.

7. Ocupația este cea mai bună cale de a controla pofta. Povestea unei fantome

Mintea este ca o fantomă, care este întotdeauna neobosită. Odată un Pundit Brahmin, prin Mantra Siddhi, a câştigat controlul asupra unei fantome. Fantoma i-a spus Pundit-ului, "Pot face orice muncă pentru tine într-un minut. Am puteri supranaturale. Trebuie să îmi dai diverse tipuri de lucrări... întotdeauna. Dacă mă laşi chiar şi o secundă fără lucru, imediat te voi devora." Brahminul a fost de acord.

Fantoma a săpat un bazin pentru Brahmin, a arat câmpul şi a făcut diverse lucrări într-un timp scurt. Brahminul nu a fost capabil să mai dea de lucru fantomei. Fantoma l-a amenințat, "Acum nu mai am de lucru. Te voi devora." Brahminul a fost nedumerit. El nu ştia ce să facă. A mers la Gurul său şi i-a explicat situația. Învățătorul său i-a spus, "Foloseşte-ți bunul simț. Instalează un stâlp mare, gros, din lemn în fața casei. Unge-l cu ulei de ricin, ceară şi alte substanțe grase. Cere fantomei să se urce pe stâlp şi să coboare zi şi noapte." Disciplolul a făcut aşa cum i s-a spus şi a controlat fantoma fără nici o dificultate. Fantoma a devenit neajutorată.

Tot aşa, trebuie să dai minții ceva de lucru sau alte căi: Japa, meditație, Svadhyaya, serviciu, Kirtan, rugăciunea şi altele. Trebuie să o ții tot timpul ocupată. Atunci doar mintea poate fi uşor controlată. Nu vei avea gânduri rele. Vei fi bine stabilit în Brahmacharya fizică şi mentală.